Cartea schimbărilor și medicina tradițională chineză

周易与中医学

Yang Li
杨力 著

Book of Changes and Traditional Chinese Medicine
周易与中医学

Yang Li
杨 力 著

Beijing Science and Technology Press
北京科学技术出版社

O scurtă introducere despre autor

Yang Li, profesor la *Graduate Department of the TCM Institute* din China, este un cunoscut expert în știința **Yi** și un teoretician al TCM. Lucrările ei au adus mari contribuții la diseminarea culturii chineze. Printre acestea se numără *Cartea schimbărilor și medicina tradițională chineză*, Diagnosticul avansat al bolilor din medicina chineză și *Știința medicală chineză a exercițiilor de respirație*, au avut o mare influență asupra practicii medicale atât în țară, cât și în străinătate. Toate aceste cărți au fost foarte apreciate și au câștigat multe premii.

Cartea schimbărilor și medicina tradițională chineză a primit în 1993 Premiul Mondial de Aur al Științei ***Taiji*** datorită ideilor unice și originale expuse în carte. De asemenea, a fost distins cu Premiul național de best-seller pentru cărți remarcabile de știință și tehnologie, Premiul II pentru cărți excelente din Beijing și Premiul I pentru cărți excelente din 10 provincii / orașe din nordul Chinei. Cartea este disponibilă atât în caractere chineze simplificate, cât și complexe și a fost tradusă în ediții în engleză, japoneză și coreeană, care se vând bine în diferite părți ale lumii.

Cărțile viitoare ale lui Yang Li:

Serial despre cei 5000 de ani de cultură chineză:

1. Clasici ai 5000 de ani de cultură chineză
2. Clasici ai 5000 de ani de știință chineză
3. Clasici ai 5000 de ani de literatură chineză

Cartea schimbărilor și medicina tradițională chineză

Yiching sau *Cartea Schimbărilor*, intitulat inițial *Zhouyi* (Schimbările Zhou), este o operă monumentală care combină filosofia chineză, științele sociale și științele naturii. Reprezintă elementele de bază ale culturii chineze și a avut o mare influență asupra multor ramuri ale învățării din China, în special asupra medicinei tradiționale chineze (TCM). De altfel, conceptele de bază ale medicinei tradiționale chineze sunt înrădăcinate în *Cartea schimbărilor.*

Cartea schimbărilor și medicina tradițională chineză (disponibilă atât în chineză, cât și în engleză) este o carte academică remarcabilă de știință științifică și, de asemenea, o lucrare monografică despre conservarea sănătății, care va fi de o mare valoare lucrărilor de cercetare atât în teoriile științei **Yi**, cât și în cele ale TCM .

Această carte combină în mod organic teoriile din *Cartea schimbărilor* cu medicina tradițională chineză, analizează sistematic relațiile strânse dintre ele și evidențiază semnificația filozofiei schimbărilor la teoriile medicale tradiționale chineze. Conține expuneri strălucitoare despre știința **Yi**, medicina tradițională chineză și știința *taiji* (suprema știință ultimă). Centrat pe știința medicală **Yi**, iluminează și inspiră cititorii să aprofundeze efectele științei **Yi** asupra vieții, *qigong*-ului, conservării sănătății, medicina preventivă, medicina nutrițională și medicina timpului, deschizând astfel un nou domeniu pentru studiul științelor vieții, dezvoltarea medicinei și a teoriilor TCM.

Cartea acoperă o gamă largă de științe sociale și științe ale naturii, precum gândirea filosofică, psihoetica, astronomia, meteorologia, genetica, ecologia, bionica, fenologia, limbajul și temperamentul, care sunt toate expuse în contextul filozofiei schimbărilor.

Argumentele și punctele de vedere prezentate în carte sunt discutate sistematic și profund cu o abordare științifică riguroasă. Ideile expuse de autor sunt unice și originale, iar unele dintre ele contribuie la descoperiri teoretice, în special cele legate de probleme importante referitoare la medicina tradițională chineză, pentru care autorul a fost distins cu „Prietenul de aur mondial al Taiji și științei” în 1993.

Autorul prof. Yang Li este un cunoscut expert în știința Yi și un teoretician TCM.

O scurtă introducere în *Cartea schimbărilor*

Strălucita cultură antică a Chinei a adus mari contribuții la cultura mondială. O prețioasă bijuterie a culturii chineze este *Zhou Yi* sau *Cartea schimbărilor*, o lucrare monumentală a cărei semnificație pentru lume este cu greu secundă oricărei alte publicații.

Cartea Schimbărilor este izvorul culturii chineze, principala sursă a filosofiei chineze, a științelor sociale și a științelor naturii. A influențat foarte mult istoria civilizației chineze. Importanța sa rezidă nu numai în ceea ce este acoperit în clasicul schimbărilor și comentariile la schimbări, cele două părți componente ale cărții, ci și în aproximativ 3000 de lucrări conexe despre filosofia **Yi** (filosofia schimbărilor), numeroasele școli de gândire antice cel derivat din această filozofie și din sistemul cuprinzător al științei **Yi** pe care l-a hrănit. Toate acestea fac din *Cartea Schimbărilor* un izvor inepuizabil și un tezaur nelimitat al cunoașterii umane.

Că filozofia **Yi** nu numai că a supraviețuit, dar a rămas activă de mii de ani se datorează faptului că *Cartea schimbărilor* este o legătură esențială între trecut și viitor. A combinat organic civilizația chineză veche și modernă, a aderat la linia de salvare a culturii chineze și a promovat în mod viguros dezvoltarea acesteia. Astfel, studierea *Cartii Schimbărilor* are o semnificație de anvergură pentru cultura chineză.

CUVÂNT ÎNAINTE

Zhou Yi sau *Cartea schimbărilor*, este o operă monumentală a Chinei antice și o prețioasă bijuterie din tezaurul culturii chineze. A avut o mare influență asupra filozofiei, literaturii, studiilor istorice, religiei, precum și științelor naturale și sociale. De-a lungul secolelor, nu mai puțin de 3000 de cărturari au cercetat și adnotat lucrarea, iar numeroasele școli de gândire care derivă din filosofia **Yi** s-au acumulat în nepieritoare știință **Yi**, a cărei influență profundă și de anvergură în China și în străinătate are puține paralele în lume.

Integritatea teoretică și importanța *Cărții schimbărilor* constă nu numai în ceea ce este acoperit în *Yi Sing*, sau *Clasticul schimbărilor*, și *Yi Zhuan*, sau în comentariile asupra schimbărilor. cele două părți componente ale cărții, dar și în aproximativ 3000 de lucrări conexe despre filosofia **Yi** (filosofia schimbărilor), numeroasele școli de gândire antice care au derivat din această filozofie și sistemul cuprinzător al științei **Yi** pe care l-a hrănit. Toate acestea fac din *Cartea Schimbărilor* un izvor inepuizabil și un tezaur nelimitat al cunoașterii umane.

Cartea Schimbărilor, sau esența sa, are două conotații majore: filozofia **Yi** și *Xiang Shu* (Divinație). *Xiang Shu* este baza filozofiei **Yi**. Fără *Xiang Shu* nu ar exista nici o filozofie **Yi**. Farmecul și atracția *Xiang Shu* au făcut filozofia **Yi** mai populară decât orice alt sistem de filozofie. **Xiang Shu** a pătruns mai mult în cultura tradițională chineză și a fost aplicat mai flexibil decât orice altă știință. De altfel, toate ramurile învățării din China, cum ar fi filozofia, meteorologia, astronomia, psihologia medicală, arhitectura, știința calendaristică, geografia și știința prognozării, antice sau moderne, sunt strâns legate de *Xiang Shu*. Aceasta reflectă marea valoare a principiilor *Xiang Shu* în cultura chineză. Sunt deosebit de strânse relațiile dintre *Xiang Shu* și TCM.

Această carte oferă o analiză aprofundată a relațiilor dintre *Cartea schimbărilor* și TCM pe baza unei combinații de expuneri sistematice și studiu monografic. Ea evidențiază semnificația filozofiei **Yi** și a modelelor de raționament *Xiang Shu* la teoriile TCM. Poate fi considerat primul tratat cuprinzător care combină **Yi** cu TCM.

Această carte arată că TCM și **Yi** sunt interconectate filosofic și se dezvoltă asupra aplicării teoriilor medicale ale lui **Yi**. În timp ce subliniază aplicarea teoriilor **Yi** la știința vieții, a medicinei și a prognozării științei, cartea oferă expuneri geniale și originale despre o gamă largă de cunoștințe umane, de la explorarea misterelor vieții, secretele sănătății și anti-senilitate, la medicina de

reabilitare, encefalologie, sexologie, limbaj și acoustică, dietă medicamentoasă, cosmetologie medicală, qigong, acupunctură, medicină bionică, biotică genetică, fenologii, biotică și așa mai departe, care sunt toate expuse în contextul *Cărții schimbărilor.*

Cartea Schimbărilor, cu filosofia sa abstractă și conotațiile sale largi, este originea științelor naturale și sursa principală a multor ramuri ale învățării. Practic toate ramurile învățării din China au provenit din *Cartea schimbărilor.* TCM, o ramură a științelor naturii, are cu siguranță o relație inseparabilă cu *Cartea schimbărilor.* ***Canonul de medicină al împăratului***, o lucrare autoritară despre TCM scrisă cam în același timp cu *Yi Zhuan*, a fost profund influențată de *Cartea schimbărilor. Cartea Schimbărilor* a adoptat esența principiilor yin și yang (negativ și pozitiv) și ***Wuxing*** (cele cinci elemente: metal, lemn, apă, foc și pământ) din perioada pre-Chineză și, de asemenea, *Canonul de medicină al împăratului* le-a luat ca teorii de bază, ceea ce arată „rudenia" specială dintre aceste două lucrări monumentale.

Cartea Schimbărilor poate fi privită ca izvorul *Canonului de Medicină al Împăratului*, deoarece acesta din urmă a absorbit esența *Cărții Schimbărilor*, a dezvoltat creativ multe dintre teoriile sale și chiar a îmbunătățit unele dintre ele. Acest lucru a făcut ca acest Canon să fie un mare clasic medical, la fel de strălucitor precum *Cartea schimbărilor.* Prin încorporarea completă a teoriilor schimbărilor și integrarea creativă a acestora cu știința medicală, Canonul a făcut din TCM o ramură a științelor naturii cu o valoare filosofică foarte mare și a promovat puternic dezvoltarea acesteia. Astfel, este evident că știința TCM și știința **Yi** s-au dezvoltat din aceeași origine, iar teoriile de bază ale primelor provin din cele ale celei din urmă. După cum a spus odată eminentul doctor Sun Simiao, „*Nu poți stăpâni medicina până nu ai studiat Cartea Schimbărilor*".

Este greu de exagerat să spunem că niciun medic din istoria medicală chineză nu a studiat vreodată *Canonul de medicină al împăratului* fără a consulta *Cartea schimbărilor.* Dar pentru a face un studiu mai profund al *Canonului de medicină al împăratului*, este necesar să avem o înțelegere aprofundată a *Cărții Schimbărilor*, astfel încât originea sa poate fi urmărită, esența sa moștenită și studiul TCM dezvoltat în continuare. Este păcat că această *Carte a Schimbărilor* este dificil de înțeles, deoarece este scrisă într-un limbaj arhaic și nu există încă nicio carte care să se ocupe în mod special de relația dintre *Cartea Schimbărilor* și TCM. Pe de o parte, interesul crescând pentru *Cartea schimbărilor* în China și în străinătate a stârnit o „nebunie" larg răspândită asupra cărții. Pe de altă parte, cărțile despre **Yi** sau despre schimbări sunt mult prea puține pentru a satisface cererea. Din această cauză am decis să scriu cartea de față. Pe parcursul scrierii am citit intens un număr mare de lucrări conexe, inclusiv versiuni rare ale *Cărții schimbărilor* și extrase din clasicii chinezi, și am reprezentat gândurile diferitelor școli, le-am analizat și le-am încorporat în ceea ce câștigasem din cercetările mele de-a lungul anilor. Textul acestei cărți a fost revizuit de trei ori înainte de a fi publicat.

Extrasele și analiza textului original al *Cărții Schimbărilor* sunt, de asemenea, incluse în această carte, care conține materiale autentice, discuții aprofundate și citate exacte din alte surse. Sperăm că va ajuta cititorii să studieze *Cartea schimbărilor* mai ușor și mai rapid și să le faciliteze studiile avansate în viitor. Această carte a fost folosită ca manual pentru studenți și a fost foarte apreciată. De asemenea, a fost bine primit în cercurile medicale.

Doresc să exprim mulțumirile mele sincere directorilor și personalului succesiv al *Beijing Science and Technology Press* pentru asistența lor în publicarea acestei cărți. Îi sunt deosebit de recunoscător domnului Zhang Jingde, editorul executiv al cărții mele și actualul director și redactor șef al presei, pentru înțelegerea și recunoașterea talentului, sprijinul și munca sa.

Yang Li
Graduate Department, Traditional Chinese Medical Institute of China
Beijing, iarna lui 1988

INTRODUCERE

Cultura chineză, așa cum este reprezentată de *Zhou Yi*, sau *Cartea schimbărilor*, este un sol fertil în care se înrădăcinează medicina tradițională chineză (TCM). De mii de ani, aceasta a alimentat creșterea TCM și a contribuit la prosperitatea națiunii chineze.

Motivul pentru care TCM poate rămâne viguros mii de ani se află în sistemul său teoretic unic, care are rădăcini în cultura chineză. Această carte se concentrează pe studiul ***Yi*** sau *Cartea schimbărilor*, în legătură cu TCM și ia în considerare, de asemenea, influențele confucianismului, taoismului și budismului și a diferitelor școli de gândire antice chinezești. Acesta reflectă interdependența dintre cultura chineză centrată pe **Yi** și TCM.

În ultimii ani, un interes intens pentru *Cartea schimbărilor* și pentru TCM a apărut aproape simultan. Aceasta nu este o coincidență, pentru că TCM și *Cartea schimbărilor* sunt strâns legate și reciproc dependente și au avut aproape aceeași experiență în istorie.

TCM și *Cartea schimbărilor* sunt nucleul culturii tradiționale chineze. Împreună cu studiul lui **Yi** sau al *Cărții schimbărilor*, ca știință medicală, importanța TCM crește atât în China, cât și în străinătate. Studierea valorilor medicamentoase ale lui **Yi** a suscitat deja un interes larg. Acesta marchează o nouă tendință în studiul TCM care va avea o semnificație de anvergură pentru regula sa în practica medicală în jurul naturii. Cercetarea continuă în știința medicală **Yi** va promova cu siguranță dezvoltarea TCM și va deschide noi domenii în studiul și practica sa.

Capitolul 1

Introducere

Engels a spus: „*O națiune nu va atinge niciodată vârful științific fără capacitatea de a raționa științific*”.

Cultura chineză a început cu *Cartea schimbărilor*, care a fost o mare lucrare care încorporează filozofia chineză, științele naturale și sociale și o cristalizare a lui Yan Di (împăratul Yan) și Huang Di (împăratul Huang).

Cartea schimbărilor este una dintre cele mai prețioase contribuții ale culturii chineze, care a exercitat o mare influență asupra filosofiei, literaturii, studiului istoric chinez, precum și științelor naturale și sociale. După cum a comentat Ban Gu, faimosul istoric al dinastiei Han, „*teoria conținută în **Cartea schimbărilor** este atât de profundă încât a fost transmisă din cele mai vechi timpuri când au trăit cei trei înțelepți*”.

Clasicii chinezi includ *Cartea schimbărilor*, *Cartea istoriei*, poeziile, ritualurile și *Analele de primăvară și toamnă*. *Cartea Schimbărilor*, cu marea sa profunzime, ocupă primul loc printre ele, din care se poate vedea poziția sa în cultura tradițională chineză. Confucius i-a acordat o mare valoare, susținând că este bine în conformitate cu legile naturii și că profunzimea sa nu ar putea fi epuizată niciodată. Schița conținutului lui *Si Ku Quan Shu* spune: „***Cartea schimbărilor** acoperă o gamă atât de largă de cunoștințe, încât domenii precum astronomia, geografia, muzica, arta războiului și prozoditatea își pot găsi un loc în ea*”. Laozi, o operă de filozofie remarcabilă în perioada pre-chineză, își atribuie viziunea incisivă pe *Cartea schimbărilor*. Metafizica (Taixuan) de Yang Xiong, un savant al dinastiei Han, a absorbit meritele atât ale *Cărții schimbărilor*, cât și ale lui Laozi, ceea ce a făcut din aceasta o carte filosofică mult mai bună decât contemporanii săi. Influența de anvergură a *Cărții schimbărilor* poate fi văzută din aceste împrumuturi.

Sun Simiao, unul dintre cei mai renumiți medici din istoria Chinei, a declarat odată: „*Medicina nu poate fi stăpânită înainte de a fi studiat **Cartea schimbărilor***”. Un avertisment în medicină a concluzionat: ”*Ghidul către medicină este implicat peste tot în **Cartea schimbărilor** *", care reflectă relația strânsă dintre medicină și *Cartea schimbărilor*, precum și marea influență a cărții asupra TCM.

Cartea schimbărilor este împărțită în două părți, *Yi Jing* (textul) și *Yi Zkuan* (comentariile).

Prima este opera originală care a luat ființă la sfârșitul dinastiei Zhou de Vest ca o carte despre științele naturii în timpurile străvechi. Este un rezumat al cercetărilor din domeniile științelor naturale și sociale, istorie și filozofie și o capodoperă care încorporează științele naturii și filozofia. Deoarece este preocupat de multe tărâmuri ale cunoașterii umane, cum ar fi astronomie, geografie, muzică și arta războiului, *Cartea schimbărilor* are o gamă largă în sensul că a fost concepută ca o investigație a misterelor universului prin numere, teorii și simboluri. Unii cercetători cred că *Cartea schimbărilor* este o lucrare comună a lui Fu Xi, Regele Wen, Zhougong și Confucius, cu Fu Xi desenând cele opt trigrame, regele Wen inventând judecățile asupra hexagramelor, Zhougong scriind textul referitor la linii individuale și Confucius compunând Comentariile (Yi Zhuan). Cele trei școli de gândire chineză, confucianismul, taoismul și monismul, precum și alte școli, se bazează pe *Cartea schimbărilor.*

Acest lucru arată că a avut o influență de neegalat asupra culturii și științei chineze, precum și asupra lumii.

Comentariile (Yi Zhuan) au fost scrise în *perioada de primăvară* și *toamnă* până la jumătatea *perioadei de luptă*. Este o explicație și elaborare despre *Yi Jing* (Textul) și o expresie cuprinzătoare a filosofiei și a științelor sociale și naturale înainte de *perioada de primăvară și toamnă,* în care *Comentariile* sunt o dezvoltare ulterioară a lui *Yi Jing*, precum și un rafinament al acesteia. Explicația din *Comentarii* este o mare contribuție adusă culturii chineze. *Yi Jing* și **Yi Zhuan** cuprind *Cartea schimbărilor*, a cărui teorie se numește teoria schimbărilor. Este, fără îndoială, un clasic magnific care încorporează filosofia, știința și cultura.

Cartea schimbărilor conține un bogat stoc de gândire dialectică. Ceea ce este mai valoros este masa filosofiei legate de medicină implicată în ea. Prin urmare, se spune că medicina are aceeași origine ca și *Cartea schimbărilor.*

Din vremuri străvechi, *Cartea schimbărilor* nu numai că a primit o mare atenție din partea filosofilor și istoricilor, dar a fost comentată și interpretată de nu mai puțin de 3.000 de cărturari de la dinastia Han, (206 î.Hr.-220 d.Hr.) De exemplu, *Semnificația medicinii* și *Cartea schimbărilor* conținute în *Interpretarea diagrafică a Leijing* a lui Zhang Jingyue din dinastia Ming (1368—1644 d.Hr.) a derivat unele teorii din *Cartea schimbărilor.*

Cartea schimbărilor, cu teoriile sale profunde și gama largă de cunoștințe, este sursa științelor naturii, rădăcina perspectivelor corecte ale lumii și originea multor ramuri ale învățării. Medicina tradițională chineză (TCM), o ramură a științelor naturii, are cu siguranță o relație inseparabilă cu *Cartea schimbărilor.*

Teoriile de bază ale *Canonului de medicină al împăratului*, cum ar fi Yin și Yang (negativ și pozitiv), *Zang Xiang* (reprezentarea imaginară exterioară a organelor) și *Qihua* (producția, circulația și funcția energiei vitale) au fost toate derivate din *Cartea schimbărilor.* În plus, *Cartea schimbărilor* oferă o sursă bogată de date medicale, inclusiv evidența a paisprezece boli, opt plante medicinale și mulți termeni de disecție fiziologică, sterilitate și tratament psihologic. Astfel, studiul *Canonului de Medicină al Împăratului* nu poate fi realizat fără urmărirea acestuia la sursa sa originală. *Cartea Schimbărilor*, *Canonul de Medicină al Împăratului* și *Yi Zhuan* au fost scrise cam în aceeași perioadă, cu acesta din urmă din *perioada de primăvară și toamnă* până în *perioada statelor în război* și prima perioadă a ardorii războinice până în dinastia Han. Ca urmare, *Canonul de Medicină al Împăratului* trădează marea influență a *Cărții Schimbărilor*, cu o mare parte din filosofia sa impregnată în *Canonul de Medicină al Împăratului*. De când *Canonul de medicină al împăratului* a absorbit esența *Cărții schimbărilor* și a extins multe dintre teoriile *Cărții schimbărilor*, a devenit o capodoperă în medicină, rezumând rezultatele cercetărilor medicale dinaintea dinastiei Han. Multe dintre teoriile împrumutate de *Canonul de medicină al împăratului* au fost îmbunătățite și mai mult, făcându-l astfel nu doar un clasic medical, ci și o lucrare științifică despre biologie, antropologie, filozofie și logică, la fel de strălucitoare precum *Cartea schimbărilor.*

De când *Canonul de medicină al împăratului* a adoptat esența altor lucrări de filozofie și științe ale naturii pre-chineze, nu numai că a devenit inițiatorul teoriilor TCM, dar a făcut și progrese importante în filozofie. Ca o combinație temeinică de filosofie și medicină, a adus o mare

contribuție la dezvoltarea TCM, precum și la promovarea dezvoltării filosofiei și a altor științe ale naturii.

În ceea ce privește filozofia, *Cartea schimbărilor* este strămoșul gândirii confucianiste. Confucianismul a luat naștere din *Cartea schimbărilor*, primul considerând *Cartea schimbărilor* ca standard al moralității. În consecință, nu au existat savanți confucianiști care să nu-și fi dedicat studiile *Cărții schimbărilor.* Se spune că comentariile au fost scrise de Confucius. Clasicul taoismului, Laozi își găsește sursa în *Cartea schimbărilor.* Laozi este de fapt o explicație a Cărții schimbărilor. Faimoasa zicală din Laozi „Tao duce la unul, unul duce la doi, doi duce la trei și trei creează totul" a fost derivat din „*Nașterea și renașterea se numesc schimbări*". Tot Laozi s-a bazat pe *Cartea schimbărilor.* Confucius a urmat doctrina *Cărții schimbărilor* despre a fi pozitiv, în timp ce taoismul a urmat-o pe cea a negativului, dând astfel naștere diferitelor doctrine ale celor două școli. Opiniile despre monism s-au bazat și pe *Cartea schimbărilor*, cu ideea principală că schimbările de la creștere la declin sunt legea naturală a dezvoltării. Acest lucru este în corespondență cu doctrina schimbărilor predate de *Cartea Schimbărilor.* Acestea arată clar că cele trei școli de gândire din cultura chineză au provenit toate din *Cartea schimbărilor* și că această *Carte a schimbărilor* nu are rival în gama pe care o acoperă și a influenței pe care a avut-o asupra culturii chineze.

Deși *Cartea schimbărilor* include unele deșeuri, gândirea sa filosofică, precum și implicațiile asupra medicinei, au exercitat o mare influență asupra culturii tradiționale chineze. Prin urmare, se poate spune că această *Carte a schimbărilor* este sursa TCM. Acesta este motivul pentru care unii oameni susțin că „*medicina este egală cu Cartea schimbărilor*". Deoarece fiecare ramură a învățării are propria origine, ea nu poate fi complet stăpânită fără a fi urmărită până la originea sa. Numai prin cunoașterea originii sale se poate cunoaște apariția și dezvoltarea acestei ramuri a învățării și se pot face dezvoltări ulterioare. *Canonul de medicină al împăratului* este inițiatorul teoriilor TCM, totuși are o origine proprie. *Cartea schimbărilor*, în calitate de strămoș al culturii chineze, a exercitat cu siguranță o mare influență asupra TCM. *Cartea schimbărilor*, cu o mare influență asupra *Canonului de medicină al împăratului*, joacă un rol important în formarea și dezvoltarea teoriilor TCM. Pe măsură ce a adoptat esențele teoriilor lui Yin și Yang și *Wuxing* (cele cinci elemente) din perioada pre-chineză, pe care TCM le-a luat ca teorie de bază, *Cartea schimbărilor* trebuie să aibă o rudenie aparte cu TCM.

Comentariile au fost compilate între *perioada de primăvară și toamnă* (790 - 476 î.Hr.) și perioada statelor războinice (475-221 î.Hr.), în timp ce *Canonul de medicină al împăratului* a fost scris între perioada războinică și dinastia Han. De vreme ce cele două cărți sunt practic contemporane, *Canonul de medicină al împăratului* a adoptat pe deplin esența *Cărții schimbărilor* (inclusiv teoria lui Yin și Yang și a celor cinci elemente, care a apărut în timpul perioadei statelor în luptă) și a combinat acest lucru în mod creativ cu medicina , transformând TCM într-o ramură independentă a științelor naturii cu un nivel ridicat de raționament teoretic. Odată cu marile contribuții aduse sănătății poporului chinez, *Canonul de medicină al împăratului* s-a dovedit a fi o mare lucrare a TCM. *Canonul de medicină al Împăratului* și *Cartea schimbărilor* s-au influențat reciproc, primul fiind influențat de acesta din urmă, precum și stimulând dezvoltarea ulterioară a acestuia. *Canonul de medicină al împăratului* a promovat foarte mult dezvoltarea TCM. Prin urmare, medicina a moștenit o mare parte din *Cartea schimbărilor*, cea dintâi provenind din ea și încurajând dezvoltarea acesteia din urmă. Nu au existat medici care să fi studiat *Canonul de Medicină al Împăratului* fără să facă trimitere la *Cartea schimbărilor.* Prin urmare, pentru a face un studiu suplimentar al *Canonului de Medicină al Împăratului*, precum și al teoriilor TCM, este necesară studierea *Cărții schimbărilor.*

Este păcat că această *Carte a schimbărilor* este destul de greu de înțeles. În plus, unele deșeuri pot fi găsite în acesta. Se pare că aceste neajunsuri i-au umbrit valoarea. Cu toate acestea, valoarea sa poate fi complet acoperită de defectele sale. Pentru a continua cercetarea *Canonului de Medicină al Împăratului*, este necesar să se studieze *Cartea Schimbărilor*, astfel încât să se poată face progrese în studiul teoriilor TCM, iar esențele acesteia să poată fi continuate.

Capitolul 2

Autorul Cărții schimbărilor și locul ei în istorie

Cartea schimbărilor cuprinde două părți. Textul și comentariile. Semnele liniare, judecata hexagramelor și textul aferent liniilor individuale din Text. Și *Zhuan* (comentariul asupra deciziei), *Xiang* (simbolul imaginii), *Wen Yan* (comentariu la cuvintele textului), *Xi Ci* (judecățile anexate), *Shuo Gua* (discuția asupra trigramelor), *Xu Qua* (structura hexagramelor) și *Za Qua* (Relațiile liniilor între ele), în total șapte în stil, formează ***Zhuan*** (Comentariile) - Prin urmare, aceste articole sunt cunoscute sub numele de *Șapte Aripi*. În dinastia Han, cărturarii au adăugat cele trei articole sau *Yi Wei* la **Yi Zhuan** (Comentariile), transformând cele *Șapte Aripi* în *Zece Aripi*.

Originile *Cărții schimbărilor* sunt neclare. Se spunea că existau trei versiuni ale *Cărții schimbărilor* în vremurile străvechi.

Prima a fost **Zhou Yi**, versiunea *Cărții schimbărilor* încă în uz curent. A fost inventat de Fu Xi. Textul conține șaizeci și patru de hexagrame, cu *Qian Gua* ca primă trigramă. Deși nu are nicio explicație verbală, este la fel de transparentă ca și cum ar fi avut-o. Considerat ca strămoșul culturii chineze și bazat pe multe școli de gândire chineză, este o bijuterie în cultura chineză.

A doua a fost **Lian Shan Yi**, compilată de Shen Nong și numită și *Xia Yi*. Este nevoie de *Gen Gua* (Shan Gua) ca primă trigramă. Există opt trigrame și șaizeci și patru de hexagrame. Numele cărții se referă la Shen Nong, care era cunoscut și sub numele de Yan Di (împăratul Yan) și avea numele de familie Shan Shi. Această versiune a fost adoptată de Dinastia Xia. Nu mai există.

A treia a fost **Gui Zang Yi**. A fost versiunea lui Huang Di (numită Yao și Shun), al cărei primă trigramă a fost *Kun Gua*. Sistemul politic al Dinastiei Shang se baza pe el. Nu mai există.

Din moment ce primele semne liniare din *Cartea schimbărilor*, datând din dinastia Zhou, au fost înregistrate pe cochilii de broască țestoasă, Ding (cazan), oase de animale și coji de scoici, care erau perisabile, sunt aproape complet pierdute în timp. Din fericire, unele sunt încă intacte pe recipientele din oase și coarne, dezgropate în moaștele din Haian, provincia Jiangsu. Cele găsite pe cărțile de mătase dezgropate în cel de-al treilea mormânt de la Ma Wang Dui, Changsha, provincia Hunan în 1973, deși puse în ordine diferită de cea folosită în prezent, sunt de fapt o altă înregistrare a hexagramelor din *Cartea schimbărilor.*

În ceea ce privește autorul *Cărții schimbărilor*, nu s-a ajuns la un acord. În *Marele Tratat despre Yi*, se găsește cea mai veche mențiune a autorului cărții, spunând că „*Când Fu Xi a venit pe tron, a observat imaginile cerurilor și a examinat legile pământului. Luând intuiția din el însuși și alte obiecte decât el, a inventat cele opt trigrame*”. În *Cartea Han: artă și scrieri*, Ban Gu a spus că teoriile din *Cartea schimbărilor* sunt atât de profunde încât au fost transmise din cele mai vechi timpuri când trăiau cei trei înțelepți, susținând că a fost compilată de cei trei înțelepți antici. Huai Nan Zi în : *Lectures on the Abstracts* insistă, de asemenea, că hexagramele au fost inventate de Fu Xi, susținând că norocul și dezastrul pot fi prezise prin intermediul celor opt trigraras, iar Fu Xi le-a schimbat în șaizeci și patru de hexagrame. Ulterior, părerea că cele opt trigrame au fost inventate de Fu Xi a rămas populară. Mai târziu, a apărut o altă opinie conform căreia cele șaizeci și patru de hexagrame au fost inventate de regele Wen, care a scris și judecățile asupra hexagramelor și că textul referitor la rândurile individuale a fost compus de Zhou Gong și *The Commentaries* a fost scris de Confucius. După Mișcarea din 4 mai, (1919 d.Hr.) s-a acceptat că Textul a fost compilat în dinastia Shang sau Zhou, nu de Fu Xi sau de regele Wen. Conform analizei textului referitor la liniile individuale, a fost o perioadă lungă de la colectarea datelor până la finalizarea cărții. Prin urmare, nu ar fi putut fi scris de o singură persoană. În schimb, trebuie să fi fost compilat prin contribuția multor oameni.

În ceea ce privește autorul *Comentariilor*, se spune că ar fi fost scris de Confucius. Cea mai veche mențiune a acestui punct de vedere poate fi găsită în *Cartea istoricilor: Biografia lui Confucius*, spunând că Confucius a intrat în *Cartea schimbărilor* în anii săi ulteriori, alcătuind *Tuan, Xi Ci, Xiang, Shuo Gua* și *Wen Yan*. Influența acestei afirmații a fost răspândită de mai bine de 1.000 de ani, până când cineva a pus îndoială asupra ei în dinastia Song. Ouyang Xiu s-a îndoit

că *Xi Ci* a fost scris de Confucius, susținând că diferitele părți ale *Comentariilor* nu reflectă un singur autor la un moment dat.

Comentariile, cuprinzând *Șapte Aripi*, au fost scrise în timpuri diferite. Conform analizei făcute de cărturari despre *Cartea schimbărilor*, *Zhuan* a fost scris în *perioada de primăvară și toamnă*. Analiza *Cărții schimbărilor* tipărită pe cărțile de mătase dezgropate din ruinele Ma Wang Dui Han din Changsha în 1973 a dovedit în continuare că alte părți ale *Comentariilor* au fost realizate în perioada cuprinsă între *perioada de primăvară și toamnă* și *mijlocul perioadei statelor războinice*. Prin urmare, *Comentariile* trebuie să fi fost scrise în *perioada cuprinsă între perioada de primăvară și toamnă și mijlocul perioadei statelor războinice*, (pe baza unui studiu al ideilor din Cartea schimbărilor de Zhang Liwen)

Întrucât savanții antici și-au concentrat mintea doar pe urmărirea cunoașterii, fără a acorda nicio atenție propriei lor faime, își adunau adesea cărțile în numele unor înțelepți antici precum Fu Xi, Shen Nong, Huang Di sau Confucius. Drept urmare, autorii multor clasici nu pot fi determinați.

Capitolul 3

Structura Cărții schimbărilor și conținutul său principal

Secțiunea 1. Structura Cărții schimbărilor

Cartea schimbărilor este compusă din *Yi Jing* (textul) și *Yi Zhuan* (comentariile). *Yi Jing* este alcătuit din *hotărârile judecătoreşti* și textul aferent liniilor individuale. Textul (numit Yao în timpurile străvechi) este numit *textul divinației*, cuprinzând șaizeci și patru de hexagrame. Fiecare dintre hexagrame are șase locuri, formând 360 de locuri în total. **Qian Gua** și **Kun Gua** au șapte locuri fiecare. Sub fiecare hexagramă sunt enumerate următoarele: Imaginea simbolurilor, numele și judecata. În fiecare loc, titlul și textul sunt furnizate. Titlul unui loc este compus din două cuvinte, unul indicând ordinea locului și celălalt indicând natura acestuia - Locurile sunt plasate în ordine ascendentă. Primul loc este intitulat „unul”, al doilea „doi”, al treilea „trei”, al patrulea „patru”, al cincilea „cinci” și al șaselea „sus”. Natura locului este desemnată de Nouă (Yang) și Șase (Yin). Judecățile și textele se ridică la 450 de articole, mai mult de 4.900 de cuvinte.

Comentariile sunt compuse din șapte tipuri de eseuri, Tuan I, Tuan II, Xiang I, Xiang II, Wen Yan, Xi Ci I, Xi Ci II, Shuo Gua, Xu Gua și Za Gua, în total zece eseuri (numite Zece Aripi) . Au fost compilate în timpul dinastiei Zhou de Est.

Cartea schimbărilor este destul de valoroasă în ceea ce privește istoria, filozofia și științele sociale și naturale, ca o evidență a condițiilor sociale, economice și naturale de la dinastia Shang până la sfârșitul dinastiei Zhou occidentale. În ceea ce privește starea economică, a luat în considerare fapte despre agricultură, creșterea și pescuitul. Era preocupată de aspecte precum infidelitatea, întemeierea unor state, clase, căsătorii, familie și clan. A atins, de asemenea, aspecte precum convenții, credințe religioase, obiceiuri, sacrificii, mâncare și îmbrăcăminte, precum și războaie, apărare și jurisdicție. În total, acoperă o gamă extrem de largă, incluzând ideologia, moralitatea și punctele de vedere politice.

Secțiunea 2. Conținutul principal al Cărții schimbărilor

Textul include: judecățile la cele șaizeci și patru de hexagrame și 386 de texte referitoare la rânduri individuale.

Comentariile includ *Zhuan, Xiang* și *Wen Yan.*

I. Zhuan: incluzând două părți care oferă interpretarea numai a simbolurilor, titlurilor și judecăților hexagramelor fără a comenta textele referitoare la rândurile individuale. Se intenționează ca o explicație a implicației hexagramelor.

II. Xiang: include, de asemenea două părți; scrise pentru a explica judecățile și textele referitoare la rândurile individuale. Xiang poate fi împărțit în Xiang Senior și Xiang Junior, primul explicând judecățile și celălalt explicând textele referitoare la rândurile individuale.

III. Wen Yan: o explicație a celor două hexagrame Qian și Kun.
IV. Xi Ci: compus din două părți, este o explicație a judecăților și a textelor referitoare la rândurile individuale. Este o parte importantă a celor *Șapte Aripi* (Yi Zhuan), implicând numeroase motive filosofice prețioase și prezentând multe propuneri importante, cum ar fi Yin (negativ și feminin) și Yang (pozitiv și masculin), numite Dao, nașterea și renașterea fiind numite schimbări și sărăcia care duce la schimbări, schimbările care duc la pricepere și priceperea care duce la eternitate.
V. Shoo Gua: o interpretare a simbolurilor și judecăților hexagramelor.
VI. Xu Gua: o explicație a ordinii celor șaizeci și patru de hexagrame.
VII. Za Gua: o explicație a judecăților contradictorii ale celor șaizeci și patru de hexagrame.

Capitolul 4

Natura cărții schimbărilor

Cartea schimbărilor este o lucrare filosofică, care combină filosofia, științele naturale și sociale într-una singură. Textul, deși este o carte de divinație, este leagănul celor mai vechi puncte de vedere filosofice din China. Viziunea filosofică a *Cărții schimbărilor* întruchipează o schimbare de la divinație la imaginea cerurilor și a ființelor umane.

Textul, sau mai târziu *Comentariile*, au dezvoltat și completat în continuare ideile lui Yin și Yang implicate în el și după ce s-au contopit în curentul ideilor lui Yin și Yang, s-a transformat dintr-o carte de divinație într-o mare operă filozofică, după ce a ghidat filozofia, științele naturale și sociale ale Chinei de-a lungul a mii de ani.

Comentariile sunt destinate explicării textului. Textul a fost pus pe fundalul societății sclavagiste, în timp ce *Comentariile* au apărut din fundalul societății feudale timpurii.

Textul a fost scris în primele dinastii Shang și Zhou, când societatea sclavagistă se afla la vârful prosperității și dinastia Zhou era la punctul culminant. Întrucât a existat la acea vreme o stabilitate socială, au avut loc mari dezvoltări în ceea ce privește astrologia, științele calendarului, agricultura și industria. De exemplu, în astrologie și științe calendaristice, pot fi găsite în inscripțiile *Jia Gu Wen* pe oase sau învelișuri de broaște țestoase din dinastia Shang, înregistrări ale notării datelor de Gan Zhi, observând soarele de Gui Biao, (un cadran solar vechi chinez), și timpul de înregistrare de Lou Ke, precum și eclipsele solare și lunare. Odată cu îmbunătățirea productivității, au apărut evoluții în cercetarea științifică, oferind premisa apariției raționamentului științific al *Textului*. Într-un astfel de context social s-a format baza filosofică a *Textului*. Cu toate acestea, din moment ce dinastia Shang se afla încă în societatea sclavagistă, cu un nivel relativ scăzut de productivitate și știință, înțelegerea lumii de către oameni era încă limitată și astfel de opinii despre religie și divinație s-au reflectat inevitabil în *Text*. Acesta este motivul pentru care *Textul* a luat forma unei cărți de ghicire.

Cu toate acestea, divinația din T*ext* nu era altceva decât o formă externă. *Textul* divinației reflectă acumularea de experiențe din activități sociale și productive și observații ale naturii. Prin urmare, sub aspectul exterior al unei cărți de ghicire, adevărata ei valoare este deghizată. Deși *Textul* a luat forma unei cărți despre divinație, judecățile trădează un anumit conținut împotriva credințelor în fantome și zei. Din acest fapt, se poate observa că *Textul* nu a fost doar o carte de divinație.

Pe scurt, natura *Cărții schimbărilor* ar trebui privită în acest fel: în formă, este o carte despre divinație, în conținut, este o evidență a activităților sociale și productive, precum și a cercetării științifice, în Dinastiile Shang și Zhou, cu nucleul culturii timpurii chineze în interiorul ei. Prin urmare, este strămoșul primelor gânduri științifice chinezești, puncte de vedere filosofice și cultură.
Yi Zhuan (The Commentaries), include Tuan I și II, Xi Ci I și II, Wen Yan I și II, Shuo Gua I și II, Xu Gua I și II, Za Gua I și II, care au apărut toate în timpul dintre *perioada de primăvară și toamnă* și *perioada războinică*. În acel moment, ca urmare a utilizării fierului, productivitatea a fost mult îmbunătățită, agricultura și industria dezvoltându-se continuu la niveluri superioare. Odată cu

prosperitatea economiei, au început să apară idei noi în conformitate cu societatea feudală. Savanții s-au implicat activ în dezbateri academice aprinse, cu școli de gândire precum confucianismul, taoismul, Yin și Yang, Wu Xing (Cinci Elemente) dezvoltat în mod adecvat. Datorită marilor progrese realizate în productivitate, au fost dezvoltate raționamente științifice și puncte de vedere filosofice. Într-un astfel de context, au apărut *Comentariile*. Autorul, adoptând ideile lui Yin și Yang, cele Cinci Elemente și gândurile diferitelor școli, a adus unele îmbunătățiri și rafinament textului. *Comentariile*, folosind *Textul*, au absorbit și dezvoltat în mod adecvat punctele de vedere științifice și filozofice ale vremii și au colectat toate realizările filozofice din perioada pre-chineză, transformând *Textul* într-o lucrare cuprinzătoare despre filosofie și științe naturale și sociale. Ca o lucrare nepieritoare a culturii chineze, a influențat și a împins foarte mult dezvoltarea culturii, științei și tehnologiei chineze în ultimii 2.000 de ani.

Capitolul 5

Teoriile de bază ale Cărții schimbărilor

I. Mișcarea succesivă a operațiilor inactive și active constituie cursul lucrurilor.

Acest lucru arată că există o expresie clară a vederii despre Yin și Yang. Aceasta este baza teoriilor din *Cartea schimbărilor*, atât ca teorie filosofică de bază, cât și teoria de bază a celor șaizeci și patru de hexagrame. Yin și Yang întruchipează relația de unitate a contrariilor dintre ele. Această unitate a opozițiilor nu a fost exprimată doar în explicația judecății și a textului, ci și întruchipată de locurile Yin și locurile Yang. De exemplu, ”- -” este o poziție Yin și ”-” o poziție Yang. Schimbările celor șaizeci și patru de hexagrame se află în schimbul dintre cele două tipuri de poziții. Afirmația că „*mișcarea succesivă a operațiilor inactive și active constituie ceea ce se numește cursul lucrurilor*” arată clar că schimbarea dintre cele două faze Yin și Yang este legea de bază a universului. *Cartea schimbărilor* subliniază în continuare „*schimbarea dintre forță și slăbiciune dă naștere fiecărei schimbări din lume*” (Marele tratat despre Yi), „*Yin și Yang sunt unite și puterea și slăbiciunea sunt unite, cu semnificații egale cu Yin și* Yang”. Aceste afirmații sunt de acord cu părerea că Yin și Yang sunt sursa oricărei schimbări.

Cei puternici și cei slabi se deplasează reciproc, ducând la schimbări și transformări în figuri (Marele Tratat despre Yi). „*Yin și Yang se unesc în funcție de calitățile lor și devin întruchiparea rezultatului celor puternici și slabi*”. Aici cei puternici și cei slabi înseamnă Yang și Yin, ceea ce arată că Yin și Yang sunt originea tuturor schimbărilor. Ceea ce este de neînțeles în mișcarea operațiunilor inactive și active este spiritual, ceea ce arată că Yin și Yang sunt bazele mișcării universului.

II. „Sărăcia duce la schimbare, schimbarea duce la pricepere, iar priceperea duce la eternitate”.

Luată din *Marele Tratat despre Yi*, aceasta este o propunere importantă în *Cartea schimbărilor*, subliniind importanța schimbării. Teoria *Cărții schimbărilor* a fost fondată pe unitatea opozițiilor dintre Yin și Yang, cu schimbarea ca idee esențială. Cele două idei formează fundamentul ideologic al *Cărții schimbărilor* și servesc drept spirit al acesteia, exercitând o mare influență asupra dezvoltării științelor naturale ale Chinei. Zicalele „*schimbarea dintre forță și slăbiciune dau naștere la schimbare*” și „*alternanța dintre soare și lună aduce luminozitate*”, demonstrează că *Cartea schimbărilor* a susținut că tot ceea ce este în lume este în mișcare constantă, ceea ce este o idee foarte valoroasă. *Cartea schimbărilor* subliniază, de asemenea, că schimbul este principalul mijloc de schimbare. De exemplu, se spune „*schimbul dintre ceruri și pământ face totul compatibil cu orice altceva*”, „*marele va veni după ce micul va dispărea*” (Tuan in Tai Trigram of Yi).

III. „Producția și reproducerea este procesul schimbării”

Cartea schimbărilor subliniază că alternanța dintre Yin și Yang dă naștere la tot. „*Nașterea nu iese din gol. În schimb, este rezultatul schimbului (mișcării)*” Prin urmare, cartea spune: „*Cea*

mai importantă contribuție adusă de ceruri și pământ este nașterea” și „*când cerurile și pământul sunt unite, totul este prosper*”. Aceasta înseamnă „*schimbul dintre ceruri și pământ face totul prosper*”. Această idee este predecesorul punctului de vedere susținut de Laozi „*Tao duce la unul, unul duce la doi, doi duce la trei și trei creează totul*”.
IV. „Să ridici privirea pentru a contempla formele strălucitoare expuse pe cer și să privești în jos pentru a analiza tiparul prezentat pe pământ ... Aproape la îndemână, în propria sa persoană, a găsit lucruri și în general aceleași lucruri la distanță”.

Prin observarea imaginilor, *Cartea Schimbărilor* a obținut abilitatea de a înțelege implicațiile cerurilor și aluziile date de zei. Afirmația „*un domn observă imaginile și se gândește la judecata pe care o implică*”. „*Norocul și ghinionul pot fi prezise din imaginile prezentate de ceruri*”, iar „*înțelepții au urmat schimbarea cerurilor și a pământului*” ilustrează faptul că această *Carte a schimbărilor* arată un puternic sentiment de materialism. Prin urmare, „*Xiang se numește așa deoarece imaginile sunt la fel ca obiectele reale*”. *Cartea Schimbărilor* acordă o atenție deosebită imitației cerurilor și a pământului, precum și observării tuturor, spunând „*Cartea Schimbărilor este în corespondență cu cerurile și pământul*” și „*respectă regula care o guvernează atunci când există unele Schimbări”*. Asta înseamnă că lucrurile din lume sunt înțelese prin observarea imaginilor arătate de cer și pământ. Aceasta arată că perspectivele lumii luate de *Cartea schimbărilor* sunt de materialism, considerând cerul și pământul ca origine.

Capitolul 6

Cartea schimbărilor și teoriile TCM

Secțiunea 1. Relația specială dintre Cartea schimbărilor și TCM

Există o veche zicală în TCM: „*Medicina nu poate fi abordată fără a studia Cartea schimbărilor. Cartea schimbărilor implică teoria de bază a medicinei, iar medicina se practică prin aplicarea teoriilor Cărții schimbăril*or”. Sistemul ideologic și faptul că acest *Canon de medicină al împăratului* adoptă în mare parte judecățile și propunerile din *Cartea schimbărilor* arată că există o rudenie specială între TCM și *Cartea schimbărilor*, ultima fiind sursa teoriilor TCM cu teoriile de bază toate derivate din ea. Teoriile precum cele Cinci Elemente, Zing Xiang, Qi hua, Yun Qi și cauzele bolilor deținute de TCM își pot găsi toate originile în *Cartea schimbărilor.*
1. Teoria Yin și Yang în TCM a apărut din opoziția Yin și Yang dintre pozițiile Yin și pozițiile Yang, iar filosofia lui Yin și Yang este implicată de hexagramele din *Cartea schimbărilor.*
2. Cele șase poziții și Grand Terminus și non-terminus în *Cartea schimbărilor* sunt fundamentul teoriilor lui Jing Qi și Yin și Yang în TCM.
3. Imaginile celor șase poziții și hexagrame sunt sursa teoriei lui Zang Xiang a TCM.
4. Cele șase poziții au o relație dialectică cu cele șase canale, sistemele lor și diagnosticul diferențial în conformitate cu teoria canalelor.
5. Opozițiile dintre Qian și Yuan, Kun și Pin, pozițiile Yin și pozițiile Yang sunt forma originală a modelului Gan Zhi, teoria Qihua și Yun Qi.
6. Ideile lui Qian și Kun, cerurile și pământul, din *Cartea schimbărilor*, sunt originea monismului în TCM.
7. Conceptele de numere și doctrine din He Luo sunt strâns legate de Jiu Gong Ba Feng, fluxul și refluxul de la miezul nopții și de la prânz, Cele 8 metode eficace ale Broaștei țestoase și cele Șapte daune și opt beneficii în TCM.
8. Cele două hexagrame ale lui Kan și Li sunt strâns legate de relația dintre ficat și rinichi, teoria porții vieții și conductei dintre rinichi în TCM.
9. He Luo este legat de teoria celor Cinci Elemente și de numerele de generare din TCM.
10. Pozițiile cerului, pământului și ființelor umane în Cartea schimbărilor au o relație strânsă cu cele trei dimensiuni din TCM și servesc drept origine a vederii întregului în TCM,

11. Teoria cercurilor din Cartea schimbărilor este originea mișcării în cercuri în TCM.
12. Opinia moderației din Cartea schimbărilor este strâns legată de teoriile echilibrului și coordonării din TCM.

Secțiunea 2. Rudenia dintre sistemul teoretic al Cărții schimbărilor și Canonul de medicină al împăratului

Cartea schimbărilor a fost scrisă înainte de *Canonul de medicină al împăratului*. Ca o consecință naturală, teoria filosofică și originea științelor naturii sunt impregnate în *Canonul de medicină al împăratului*. După ce a absorbit și dezvoltat esențele din *Cartea schimbărilor*, *Canonul de medicină al împăratului* reflectă spiritul științei.

Relația dintre *Cartea schimbărilor* și *Canonul de medicină al împăratului* este demonstrată în următoarele aspecte:

1. Influența Cărții schimbărilor asupra teoriei lui Yin și Yang a Canonului de medicină al împăratului.

Deși *Textul lui Yi* nu menționează în mod explicit conceptul de Yin și Yang, acesta este implicat în ideile de forță și slăbiciune, precum și în judecăți și poziții. *Comentariile* propun în mod explicit conceptele de Yin și Yang. De exemplu, *Marele Tratat despre Yi* spune că „*mișcarea succesivă a operațiilor inactive și active constituie ceea ce se numește cursul lucrurilor*". Aceasta înseamnă că contradicția și efectul reciproc sunt propulsia dezvoltării lucrurilor. *Comentariile* sunt o mare lucrare filosofică. Zhuangzi, în *Eseu despre lume*, spune că „*scopul Cărții schimbărilor este de a expune teoria Yin și Yang*", adică teoria Yin și Yang este nucleul Cărții schimbărilor. În acea carte, conceptele de Yin și Yang sunt exprimate de Yao (cele două poziții), - - (Yin) și - (Yang). Cu această opoziție, unificarea, creșterea și declinul, precum și schimbarea, depind de alternanța celor două poziții. Conceptele de Yin și Yang au fost propuse de Bo Yangfu în explicarea cutremurelor cu conceptul celor două gaze Yin și Yang. Gazele Yang sunt suprimate și nu pot fi eliberate în timp ce gazele Yin se apropie și nu pot fi evaporate. Ca rezultat apere un loc cu lacuri de cutremur (Guw Yu: Zhou Yu). Mai târziu, afirmația lui Laozi „*totul este o combinație de Yin și Yang*" a demonstrat în continuare unitatea opuselor dintre cei doi. Cu toate acestea, *Comentariile* sunt cele care dezvoltă conceptele de Yin și Yang într-un sistem filosofic integrat. Una dintre proprietățile *Comentariilor* este că relația dintre Yin și Yang este exprimată de cele două poziții ale lui Yin și Yang, făcând din *Concepte* o categorie filosofică, în loc de un simplu termen de divinația și din Cartea schimbărilor o mare lucrare filosofică. Ideea filosofică a Cărții schimbărilor este că contradicția și alternanța dintre Yin și Yang există în tot ceea ce include fenomenele sociale, extinzând conotația conceptelor de Yin și Yang. Adică unitatea contrariilor dintre cele două determină apariția, dezvoltarea și schimbarea tuturor.

Sub influența *Cărții schimbărilor*, precum și a ideii sale despre Yin și Yang, deosebită la acea vreme, *Canonul de medicină al împăratului* adoptă esențele teoriei Yin și Yang. Contribuția adusă de *Canonul de medicină al împăratului* la dezvoltarea conceptelor filosofice Yin și Yang constă în faptul că combină aceste concepte filosofice cu medicina și face din aceasta teoria de bază a TCM. *Canonul de medicină al împăratului* nu numai că dedică o parte discuției conceptelor de Yin și Yang, dar întregul său a fost, de asemenea, impregnat de conceptele filozofice de Yin și Yang. În acest sens, a fost un bun exemplu de combinație a teoriilor medicale și filosofice. În *Despre imaginea lui Yin și Yang*, despre diferența și asemănarea dintre Yin și Yang și Seven Eseys, se pot găsi multe lucrări dedicate discuției despre Yin și Yang. Propozițiile prezentate întruchipează un nivel ridicat de raționament filosofic. De exemplu în *Întrebări simple: despre diferența și asemănarea dintre Yin și Yang*. "*Yin și Yang guvernează cerurile și pământul. Ele ghidează totul, sunt cauza oricărei schimbări și sunt inițiatorul nașterii și morții ...*" sau în *Întrebări simple: despre diferența și asemănarea dintre Yin și Yang* au rezumat relația dialectică dintre Yin și Yang prin separarea și combinarea lui Yin și Yang, implicând unitatea contrariilor.

A propus în continuare „*Yang este baza și Yin este ghidul*", explicând în continuare relația dintre Yin și Yang. Mai mult, *Canonul de medicină al împăratului* combină conceptele dintre Yin și Yang cu cele patru anotimpuri ale naturii și cu corpul uman, și prezintă conceptele de Yin și Yang în

cele patru anotimpuri și organe ale corpului uman, aplicând conceptele filosofice de Yin și Yang la explicația medicinei. Această dezvoltare extraordinară a conceptului de Yin și Yang este o mare contribuție adusă de *Canonul de medicină al împăratului*. Poate fi chiar considerat ca depășind *Cartea schimbărilor.*

2. Influența Cărții schimbărilor asupra teoriilor lui Zang Xiang în Canonul de medicină al împăratului.

Cartea schimbărilor este structurată pe baza simbolurilor hexagramelor și pozițiilor, care servesc drept imagini ale obiectelor concrete. Textul ia simbolurile hexagramelor sau pozițiilor ca imagini ale lucrurilor. În acest sens, *The Commentaries* este de fapt o carte de „imagini". Așa cum spune *Marele Tratat despre Yi*, „*Cartea schimbărilor este despre imagini. Imaginile reprezintă lucruri concrete*". Există numeroase lucruri de o mare varietate în univers, dar dacă cineva stăpânește regulile de abstractizare a imaginilor, va fi ușor să găsim regula sistematică a schimbării printre lucruri. Acesta este motivul pentru care cele șaizeci și patru de hexagrame și cele 384 de poziții pot fi utilizate în explicația a aproape totul. Prin urmare, imaginile din *Cartea schimbărilor* sunt imagini ale tuturor lucrurilor din univers. Aceste imagini sunt extrase din obiecte concrete prin observarea lucrurilor și fenomenelor. În acest fel, o hexagramă sau o poziție pot fi utilizate pentru a clasifica multe tipuri de lucruri. Din acest fapt, se poate vedea că imaginile din *Cartea schimbărilor* sunt reprezentative pentru multe lucruri. În consecință, regulile pot fi înțelese, modificările pot fi controlate și legile naturale pot fi stăpânite prin intermediul acestor imagini. Pe lângă reprezentarea cerurilor și a obiectelor, imaginile din *Cartea schimbărilor* reprezintă și ființele umane (comportamentul social). Astfel, se poate spune că hexagramele din *Text* sunt o miniatură a relației dintre imaginile din ceruri, obiecte și ființe umane.

Adoptând imaginile din *Cartea schimbărilor*, *Canonul de medicină al împăratului* a dezvoltat teoria ciudată a lui Zang Xiang, care aparține doar TCM, oferind piatra de temelie pentru formarea și dezvoltarea teoriilor fundamentale ale TCM. Zang se referă la organele corpului uman; Xiang se referă la reprezentarea exterioară a organelor. Deoarece Xiang este reprezentarea exterioară a organelor, prin Xiang, aceste organe pot fi examinate. Așa se aplică teoria lui Zang Xiang în diagnostice. Teoria lui Zang Xiang se referă la modul de a studia, prin reprezentarea exterioară, legile fiziologice care guvernează modul în care organele umane contractă boli, precum și relația lor. Teoria lui Zang Xiang are următoarele proprietăți:

a. corelează imaginile cerurilor cu reprezentarea organelor umane așa cum se arată în Întrebările simple: Liu Jie Zang Xiang Lun, "inima este esența vieții". Este în conformitate cu gazele verii "unind Zang Xiang cu imaginile naturii";

b. Unifică reprezentările exterioare cu imaginile zeilor care, conform teoriei lui Wu Shen (cinci zei), Zang este unul. Cei cinci zeii există în interiorul celor cinci organe. Prin intermediul celor cinci zei, starea celor cinci organe poate fi examinată;

c. studiază starea bolii prin hexagrame. De exemplu, prin Ji Ji (Completare) și Weiji (Înainte de Completarea), disconfortul inimii și rinichilor poate fi diagnosticat; prin Qian (creativ) Gua și Kun (Odihnește în fermitate) Gua, boala excesivă a Yin și Yang poate fi judecată; prin Xan (penetrare blândă) Gua, boala ficatului poate fi examinată.

Exemplele menționate mai sus demonstrează că *Canonul de medicină al împăratului* aplică teoria imaginilor la teoria lui Zang Xiang în TCM. Acest lucru a contribuit foarte mult la dezvoltarea TCM.

3. Influența Cărții schimbărilor asupra teoriei Qi Hua (producția, circulația și funcția energiei vitale).

Pozițiile (Yao) din *Cartea schimbărilor* reprezintă Qi Hua, deoarece schimbarea pozițiilor semnelor determină schimbarea hexagramelor. Pozițiile reprezintă Qi Hua din Yin și Yang. Întrucât schimbarea hexagramelor este cauzată de o schimbare a pozițiilor, pozițiile inițiază Qi Hua. *Cartea schimbărilor* este o lucrare asupra schimbărilor, care constă în principal în schimbările hexagramelor, ale căror cauze sunt schimbări de poziție. Schimbările de poziție dau naștere la Qi Hua din Yin și Yang.

Creșterea sau declinul celor „șase poziții (Yao)" cauzează următoarele:

„*Vedem subiecții săi ca balaurul ascuns în adâncuri. Nu este timpul pentru activitate*”. „*Balaurul depășește limitele adecvate; vor exista ocazii pentru pocăință*”. „*Vedem subiecții tranzacționând pe brumă; - gheața puternică va veni din când în când*”. Acestea pot fi interpretate ca „*tragerea părului poate provoca mișcarea întregului corp*”. Producția și reproducerea este procesul schimbărilor. Dacă cineva se simte sărac, va căuta schimbări care vor provoca o comunicare care va rămâne pentru totdeauna. Acestea arată că *Qi Hua* își are originea în *Cartea schimbărilor.*

Teoria activității *Qi Hua* a energiei vitale a luat naștere în *Cartea schimbărilor.* Această teorie, bazată pe *Qi Hua* din Yin și Yang din *Taiji* (Marele Terminus) din *Cartea schimbărilor*, a dezvoltat teoriile lui Yun Qi și Qi Ji Sheng Jiang. Teoria Yun Qi se axează pe Qi Hua al naturii, explicând relația dintre timp, geografie și boală prin teoria lui Wu Yun și Liu Qi. Teoria Qi Ji Sheng Jiang se concentrează pe elaborarea creșterii și a căderii spiritului și gazelor organelor umane.

Teoria Qi Hua este impregnată în domenii precum fiziologia, patologia, diagnosticul și tratamentul ca nucleu al teoriei de bază a TCM. Ceea ce este particular la această teorie constă în faptul că combină Qi Hua al naturii cu cel al corpului uman. Este o îmbunătățire a tratamentului oferit în *Cartea schimbărilor.* Pe scurt, *Cartea schimbărilor* a exercitat o mare influență asupra *Canonului de medicină al împăratului*, care oferă o reflecție strălucită asupra influenței din *Cartea schimbărilor.*

Aceste fapte arată că *Canonul de medicină al împăratului* este principala sursă a teoriilor TCM. *Canonul de medicină al împăratului* a apărut din *Cartea schimbărilor* și a jucat un rol important în formarea și dezvoltarea teoriilor TCM.

Capitolul 7

Asemănările dintre medicină și Cartea schimbărilor

Similitudinea dintre *Cartea schimbărilor* și TCM stă în sursa comună a modelelor lor de raționament în domenii cum ar fi punctele de vedere asupra mișcării, integrității și echilibrului.

Secțiunea 1. Asemănarea în viziunea mișcării

Cartea schimbărilor subliniază modelul unui cerc. Unii cercetători subliniază faptul că viziunea modelului cercului din *Cartea schimbărilor* este strâns legată de raționamentul TCM. De exemplu, Liu Changlin susține că *Cartea schimbărilor* implică modelul cercului, referindu-se la faptul că există o regulă care face ca lucrurile să se miște într-un cerc în univers. Cele șaizeci și patru de hexagrame sunt aranjate într-un cerc mare, cu cele șase semne liniare din fiecare hexagramă formând un cerc mic. Cercurile se găsesc în orice. De exemplu, *Tai trigram of Yi* spune: „*Nu există o stare de pace care să nu fie deranjată*”; și *Marele Tratat despre Yi* spune: "*Mersul și întoarcerea nesfârșite se numesc comunicare. Soarele merge și vine luna, în timp ce luna merge și vine soarele*". Aceste afirmații reflectă fenomenele modelului unui ciclu. Harta *Taiji* contează ca reprezentare a modelului unui ciclu, implicând recursivitatea ciclului. Modelul ciclului este repetarea ciclului în mișcare. Există un ciclu de mers și venire în toate. Această idee de ciclu are o mare influență asupra teoriei TCM. În primul rând, modelul unui ciclu pune o bază pentru vederea întregului, care este întregul unui ciclu. Această vedere a acestuia este o reprezentare a unui ciclu. Teoriile Yin Yang și *Five Elements* au fost mai mult impregnate de viziunea modelului unui cerc. Influența reciprocă în Yin și Yang și guvernarea dintre ele sunt exemple ale fenomenelor unui ciclu. Teoria timpului în TCM este, de asemenea, o reprezentare concretă a cercului prezentat în *Cartea schimbărilor.*

Secțiunea 2. Asemănarea integrității

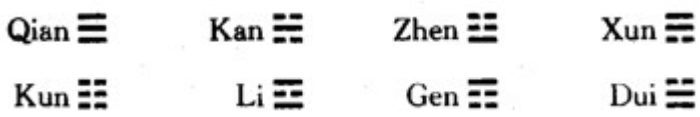
Cele trei dimensiuni ale omului, naturii și societății din TCM își găsesc sursa în viziunea tridimensională a omului-natură-societate din *Cartea schimbărilor.* Natura acestei viziuni este

viziunea integrității, care este centrul teoriei sistematicității. Teoria primitivă a sistematicității a apărut din sistemul *Cărții schimbărilor*. Teoria sistematicității este o teorie cu privire la modul de a înțelege relația dinamică dintre întreg și părțile sale. Cartea schimbărilor este un sistem deschis care stochează diferite tipuri de informații, în care cele șaizeci și patru de hexagrame sunt un sistem mare de informații, fiecare hexagramă fiind un sistem de informații mai mic care face parte din cel mai mare. O singură schimbare în orice parte a unui sistem va duce la schimbarea sistemului mai mare, la fel ca în *Cartea schimbărilor*, schimbarea oricărei linii din trigramă va influența cele șaizeci și patru de hexagrame. Acest lucru arată că sistemul nu este doar integrat, ci și dinamic. Este integritate și armonie în mișcare.

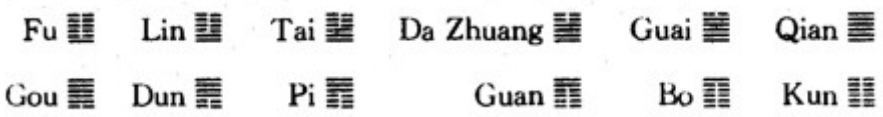
Cele opt trigrame și șaizeci și patru de hexagrame sunt ambele sisteme care implică principiul de bază al teoriei moderne a sistematicității și exercită o influență profundă asupra formării teoriei sistematicității în *Canonul de medicină al împăratului*. Exemple sunt teoriile celor cinci elemente, doctrina stării viscerale, relația dintre cele douăsprezece canale și relația dintre cele mai importante medicamente și medicamentele mai puțin importante din MTC, toate folosind modelele și punctele de vedere ale sistemului pentru a înțelege reguli care guvernează fiziologia și patologia corpului uman. Aceste fapte demonstrează că viziunea integrității acordă atenție integrității corpului uman în sine, precum și unirii acestuia cu lumea exterioară. Viziunea integrității este utilizată și dezvoltată din teoria sistematicității din *Cartea schimbărilor*.

Secțiunea 3. Asemănarea vederii echilibrului

Cartea schimbărilor accentuează puternic echilibrul, moderația și simetria. Simbolurile trigramelor și hexagramelor sunt aranjate în simetrie, după cum se arată în următoarele:



Mai mult, dispunerea simbolurilor a 12 hexagrame informative arată, de asemenea, simetria și echilibrul creșterii și declinului Yin și Yang.



Din acestea, se poate observa că cele opt trigrame din *Cartea Schimbărilor* reflectă proprietatea echilibrului, simetria și natura complementară a lui Yin și Yang din *Cartea Schimbărilor*, punând bazele teoriei echilibrului în TCM. Această teorie este construită pe baza unității contrariilor, inclusiv a echilibrului naturii, precum și a echilibrului din interiorul și exteriorul corpului uman. Echilibrul naturii este demonstrat de teoria lui Yun Qi, referindu-se la echilibrul vremii prin regulile care guvernează Sheng (excesivitate), Fu (repetitivitate), Yu (blocare) și Fa (rupere). Echilibrul din interiorul corpului uman indică relația dintre organe, ajustarea lui Jing Luo și coordonarea și echilibrul obținut prin Qi Ji Sheng Jiang. Sursa teoriei echilibrului în TCM se află în principal în teoria echilibrului Yin și Yang din *Cartea schimbărilor*, care este o teorie a unității contrariilor, precum și a unității în echilibru întruchipate în viziunea asupra naturii, societății și corpul uman din TCM. Pe lângă faptul că este întruchipat în cele opt trigrame, în cele șaizeci și patru de hexagrame și în Harta *Taiji*, teoria echilibrului dintre Yin și Yang este implicată și în formularea cărții, așa cum este explicată prin afirmația „*hexagramele Yang au mai multe poziții Yin și hexagramele Yin au mai multe poziții Yang. Care este motivul pentru asta?* " (Marele Tratat despre Yi). Feng din Zhuan din Yi spune: "*Când soarele a atins înălțimea meridianului, începe să scadă. Când luna a devenit plină, începe să scadă. Interacțiunea dintre ceruri și pământ este acum viguroasă și abundentă, acum plictisitoare și slabă, în creștere și diminuare în funcție de anotimpuri. Cât de mult trebuie să fie așa cu operațiile oamenilor?* "

Capitolul 8

Studiul contemporan al Cărții schimbărilor

Au fost foarte puține adnotări și colaționări în studiul *Cărții schimbărilor* în timpurile moderne. Focusul studiului a fost mutat spre studiul acestuia în raport cu diferite ramuri ale științei naturale, adică studiul acestuia la diferite niveluri și din perspective diferite. Întrucât *Cartea schimbărilor* este o lucrare cuprinzătoare referitoare la diferite ramuri ale învățării, servind drept ghid pentru metodologiile lor, este strâns legată de științele naturii, filosofia și științele sociale. Drept urmare, aproape toate ramurile învățării merg la *Cartea schimbărilor* pentru progres și inspirație inovatoare.

Una dintre caracteristicile studiului contemporan al *Cărții schimbărilor* este că accentul a fost mutat de la adnotarea și colaționarea acesteia la cercetarea teoriei sale de bază, precum și a imaginilor și numerelor, inclusiv principiile de bază în aranjamentul trigramelor, misterul matematic din *He Map* și *Luo Writing*, implicația *Hărții Taiji*, conotația abstractă a imaginilor, numerelor și a teoriei sale și influența lor asupra științei moderne. De exemplu, unii cercetători au găsit un fundal astrologic al *Hărții Taiji*, *He Luo* și a celor opt trigrame, derivat din legile care guvernează mișcarea Lunii.

Cartea schimbărilor implică filozofia care guvernează evoluția naturii, schimbările societății și geneza vieții. Misterul acestui subiect a fost subiectul studiului întreprins de cercetători chinezi și străini. La începutul secolului al XVII-lea, *Cartea schimbărilor* a fost tradusă în latină. Din secolul al XIX-lea, savanții din tot mai multe țări au început să studieze această carte. A fost tradus în franceză, japoneză, germană, coreeană, latină și olandeză, precum și în alte limbi. Este deosebit de apreciat în Europa, Japonia, America și Coreea. Există șapte versiuni care circulă în SUA, cu vânzări anuale de până la 100.000 de exemplare. Japonezii acordă mai multă atenție teoriei cărții, în timp ce europenii și americanii pun mai mult accent pe urmărirea misterului psihologic din ea prin studiul divinațiilor. Marele filosof german Hegel (1770—1831) a spus în autobiografia sa că teoriile sale au fost inspirate de teoria creșterii și declinului lui Yin și Yang din *Cartea Schimbărilor* (vezi *Cartea științifică a schimbărilor* de Shen Yijia).

Cele opt trigrame și *Harta Taiji* implică teoria relativității, care poate i-a dat o oarecare inspirație lui Einstein, care și-a exprimat o mare admirație pentru *Cartea schimbărilor.*

În *Colecțiile* lui Einstein, există o afirmație „*este un miracol că toate aceste descoperiri au fost deja făcute (în China)*”. Labnitz, un pionier în informatică, a găsit teoria sistemului binar în cele șaizeci și patru de hexagrame din *Cartea schimbărilor*, adică Yin Yao (poziția) reprezintă „0” și Yang Yao (poziția) reprezintă „1”. Această descoperire a fost esențială pentru inventarea computerului. În 1930, Liu Zihua, un student chinez în limba franceză, a stabilit masa, viteza și orbita celei de-a zecea planete folosind teoria celor opt trigrame. Teza „*Teoria universului cuprinsă în cele opt trigrame și astrologia modernă*” a șocat lumea și i-a adus un doctorat. Celebrul savant chinez-american Dr. Chen Ning Yang a susținut, de asemenea, că a fost inspirat de teoria ascensiunii și declinul lui Yin și Yang atunci când a pus la îndoială teoria imperisabilității simetriei ciudățeniei și uniformității, propusă mai întâi de La Porte Otte, un fizician german. Cheng-Tao Lee, inspirat din *Harta Taiji* și din cele opt trigrame a propus că ciudățenia și uniformitatea celor două stări de energie atomică, deși nepieritoare, nu sunt neschimbabile. În schimb, există creșteri și scăderi între ele. Această descoperire a adus celor doi cărturari Premiul Nobel pentru fizică.

Savantul german, Gedber, inspirat de *Harta Taiji*, a propus baza materială a genelor, cAMP, cGMP și ipoteza lui Yin și Yang.

Fizicianul britanic Pole a spus că *Harta Taiji* este cea mai bună reprezentare a armoniei, susținând că teoria armoniei este implicată în *Harta Taiji*.

Unii cercetători au descoperit că există o similitudine în simetrie între *Harta Taiji* și cele opt stări de *hadron*. Este, de asemenea, similar cu *Tabelul periodic al elementelor*, cu opt electroni pe stratul exterior.

Principiile sistemului binar din cele opt trigrame au fost adoptate de informatică. Unii oameni susțin chiar că ordinea celor opt trigrame proiectate de Fu Xi este similară cu reacția în lanț

a nucleului. Inspirat de cele opt trigrame din *Cartea schimbărilor*, Cai Fuxi a scris cartea „*Cele opt trigrame și atomii*”, propunând un nou tabel periodic al elementelor ca alternativă la cel a lui Mendeleev.

Yin Place "--"			Yang Place "—"		Two Elementary Forms
0			1		
	Tai Yin "⚏"	Shao Yang "⚎"	Shao Yin "⚍"	Tai Yang "⚌"	Four Emblematic Symbols
Binary System	00	01	10	11	
Decimal System	0	1	2	3	

	Kun	Gen	Kan	Xun	Zhen	Eight Trigrams
	☷	☶	☵	☴	☳	
Binary System	000	001	010	011	100	
Decimal System	0	1	2	3	4	

	Li	Dui	Qian
	☲	☱	☰
Binary System	101	110	111
Decimal System	5	6	7

Cele șaizeci și patru de hexagrame, adică *Aranjarea timpurie a hexagramelor*, au fost ordonate de la trigrama Bo la trigrama Qian ca 1 - 63, din aceasta putem vedea că este conturul calculului infinitesimal al sistemului binar al lui Labnitz.

Duplicarea celor opt trigrame dă naștere la cele șaizeci și patru de hexagrame. Acest principiu este considerat similar cu dispunerea codurilor genetice. Harta celor șaizeci și patru de hexagrame din *Cartea schimbărilor* coincide cu dispunerea codurilor genetice. Acest lucru ar putea arunca o lumină asupra investigației asupra vieții și longevității umane. Există încă alți oameni care cred că combinația de ciudățenie și uniformitate în starea energiei atomice este similară, în principiu, cu *Harta Taiji*.

Matematicianul chinez Liu Weihua insistă asupra faptului că triunghiul conținut în *Cartea schimbărilor* (Grand Terminus - Două forme elementare - Patru simboluri emblematice - cele opt trigrame) implică o teorie abstractă a matematicii. Atât în Japonia, cât și în Coreea, mulți venerează *Cartea schimbărilor*, cu steagurile naționale coreene afișând *Harta Taiji*.

Can Tong Qi scris de Wei Boyang în dinastia Han de Est, a deschis calea explorării în știința vieții.

La 29 aprilie 1985, un descendent chinez, dr. Wang Ganjun, a participat la al 17-lea zbor al navetei spațiale NASA, devenind primul etnic chinez din spațiu. Pentru a comemora acest zbor, el a atașat o *Hartă Taiji* la brațul drept al costumului său spațial, cu DDM (forma scurtă pentru numele acestui experiment) pe ea. Aceasta exprimă o reverență față de *Harta Taiji* de către etnici chinezi. Ierarhia celor opt trigrame a contribuit la promovarea dezvoltării arhitecturii chineze.

Cele opt trigrame au avut, de asemenea, o influență asupra artei războiului. De exemplu, Zhuge Liang în perioada celor trei state (220 - 280) a făcut o formațiune de luptă, care i-a permis lui Lu Xun să intre, dar să nu scape.

În muzică, cărturarii au dedus din *Cartea schimbărilor* valoarea fiecărui Bo Hua Jia, în raport cu cele cinci sunete muzicale: Gong, Shang, Jue, Zhi și Yu, pe baza hexagramelor împreună cu Gan Zhi. Acest proces se numește Na Yin, al cărui principiu se bazează pe cifrele lui Da Yan. În dinastia Ming, Zhu Zai-xu a spus în *The True Nature of Music*: „*Există nouă numere în Luo Writing, deci standardul Huang Zhong are nouă Cun. Dacă este înmulțit cu nouă, vor exista 81 de părți în standard. Este la fel de lungă ca Zong Shu. Există zece numere în Harta He. Deci, o*

diplomă în Huang Zhong are zece Cun lungime. Înmulțită cu zece, vor fi 100 de părți. Este la fel de largă ca Heng Shu. Deoarece Harta He este uniformă și Luo Writing este ciudată, există atât de multă varietate în muzică. Această excelență este de mâna cerurilor, nu a omului".

Toate exemplele de mai sus arată că această *Carte a schimbărilor* nu este, în niciun caz, doar o carte despre ghicire. În vremurile străvechi, nu exista o delimitare strictă între medicină și ghicire. Altfel, cartea nu ar fi putut fi transmisă. Simbolurile, numerele și teoriile din *Cartea schimbărilor* vor inspira dezvoltarea științelor naturii.

Harta Taiji, ca simbol al înțelepciunii umane, a fost folosită ca unul dintre simbolurile trimise mai întâi pentru a comunica cu alte ființe din spațiu.

Materialele genetice ADN și ARN au multe asemănări cu Taiji, cele Opt Trigrame și Yin și Yang în unitatea lor de contrarii. Cele două sisteme de ajustare opuse: cAMP și cGMP au fost, de asemenea, legate de sistemul Yin și Yang.

Japonezii au o reverență intensă pentru *Cartea schimbărilor.* Există mulți cărturari care o studiază și au fost publicate multe lucrări. Printre aceste lucrări, *Un studiu al cărții schimbărilor* este un bun exemplu. Mai mult, există câteva cărți despre *Cartea schimbărilor* în Japonia care nu sunt disponibile în China. O societate din Tokyo publică de mult timp un jurnal din *Cartea schimbărilor.* Chiar și în America există aproximativ 400 de lucrări disponibile din *Cartea schimbărilor.*

Coreenii explorează, de asemenea, *Cartea schimbărilor.* Pe lângă utilizarea *Hărții Taiji* pe steagul lor național, au înființat și o societate *Cartea schimbărilor.*

Mai mult, chinezii de peste mări din Taiwan, Hong Kong și Macao au, de asemenea, un mare respect pentru această carte. Mulți cărturari au făcut explorări în ea și au publicat multe colecții, cărți și teze despre el. De exemplu, *Studiul aplicației cărții schimbărilor* editat de Chen Ufang a jucat un rol important în studiul *Cărții schimbărilor.* În plus, etnicii chinezi din Asia de Sud-Est acordă o mare atenție acestei lucrări. Un exemplu este *Natura științifică a hexagramelor din Cartea schimbărilor*, care reprezintă un nivel ridicat de cercetare. Toate aceste fapte ilustrează faptul că această Carte a schimbărilor este prețuită și în alte țări.

În anii 1960, cercetarea în *Cartea schimbărilor* s-a oprit. În ultimii ani, studiul a început din nou, atât în China, cât și în afara acesteia, fiind publicate numeroase eseuri. Lucrările influente dintre ele includ *O nouă adnotare la Cartea schimbărilor* și *O nouă adnotare la versiunea antică a cărții schimbărilor* de Gao Heng, *Cercetarea în originea cărții schimbărilor* de Li Jingchi, *Studiul gândurilor din cartea Schimbărilor* de Zhang Liwen, *Un scurt sondaj al cărții schimbărilor* de Liu Dajun, *Armonia în Cartea schimbărilor* de Zhou Shiyi și Pan Qiining și *Istoria filosofiei cărții schimbărilor.* În plus, au fost publicate câteva eseuri bune despre *Cartea schimbărilor*, inclusiv *Despre misterul numerelor din Cartea schimbărilor* și *De la „Text" la „Comentarii"* de Yu Dunka. Tocmai în domeniul TCM, au fost publicate câteva mii de eseuri despre relația dintre TCM și *Cartea schimbărilor*, printre care sunt multe piese foarte incisive, inclusiv *Ce fel de carte este armonia în Cartea schimbărilor* de Wu Jiajun, *O cercetare în He Map și Luo Writing* de Zhao Tianmin și *The Theory of the Combination and Unity of the Four Forces* de Yang Yongzhong, care propunea că combinația binară a diferitelor tipuri de structuri atomice nu numai că demonstrează combinația diferitelor tipuri de structuri atomice , dar oferă și o explicație științifică pentru unitatea celor patru forțe „*gravitația, electromagnetismul, forța puternică și forța slabă*".

A fost înființată *Societatea Cărții Schimbărilor.* Oficiul pentru absolvenți al Institutului de cercetare TCM oferă prelegeri despre relația dintre *Cartea schimbărilor* și TCM, care sunt întâmpinate cu căldură de absolvenți. În Wuhan și Guiyang, au fost înființate societăți ale Cărții Schimbărilor, organizând mai multe seminarii despre medicină și *Cartea Schimbărilor.* În Nanjing și Shandong, se oferă cursuri de medicină și *Cartea schimbărilor.* În Yunnan, a avut loc un seminar despre medicină și *Cartea schimbărilor.* La Jinan a avut loc o conferință internațională despre *Cartea schimbărilor.* La această conferință au fost prezenți mulți cărturari din SUA, Japonia, Germania, Danemarca, Taiwan și Hong Kong. Universitatea de Medicină Tradițională Chineză Zhang Zhongjing din Zhengzhou oferă cursuri despre *Cartea schimbărilor.* În Shandong, a fost înființată o școală, predând artă și lucrări în medicină pe baza teoriilor din *Cartea schimbărilor.*

Coloanele unor jurnale sunt dedicate medicinei și *Cartea schimbărilor*. În Jinan, a fost înființat un centru al Cărții schimbărilor. Aceste fapte sunt suficiente pentru a ilustra influența și statutul *Cărții schimbărilor* în domeniul TCM. *Cartea schimbărilor* a devenit o sursă de metodologie, din care multe ramuri ale cunoașterii se pot inspira pentru a le promova dezvoltarea. În total, pentru a ilustra relația dintre *Cartea schimbărilor* și TCM și pentru a promova dezvoltarea TCM, este necesar să se ia măsuri pentru a încuraja studiul *Cărții schimbărilor* în domeniul TCM, pentru a investiga influența acesteia asupra acestui domeniu, și pentru a deschide un nou front pentru studiul teoretic al TCM. Aceasta este, fără îndoială, o nouă datorie în dezvoltarea TCM.

(Capitolele unu - opt au fost traduse de Song Zhifang)

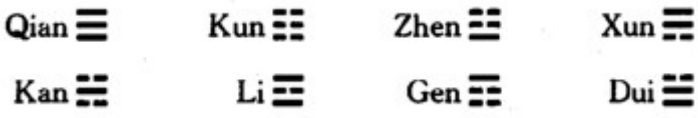
Capitolul 9

Cele opt trigrame și TCM

Secțiunea 1. Originea, dispunerea și tipurile celor opt trigrame

I. Originea celor opt trigrame

Primul document înregistrat cu privire la cele opt trigrame din China a fost un comentariu la *He Map* din Gu Ming: *Cartea istoriei.* „*The He Map, the Eight Trigrams*. *Fu Xi a devenit rege, un cal dragon a ieșit din râul Galben, și a desenat opt trigrame pe spatele calului dragonului*". Cele opt trigrame sunt conținutul principal al *Cărții schimbărilor*, se spune în *Marele tratat despre Yi*: „*În melodiile antice, când Bao Xi ajunsese să conducă tot sub cer, privind în sus, el a contemplat formele strălucite expuse pe cer, și uitându-se în jos, a analizat modelele arătate pe pământ. El a conceput cele opt trigrame care arată pe deplin atributele spiritului și inteligenței (operațiile care lucrează în secret) și pentru a clasifica calitățile a nenumărate lucruri*". Potrivit acestui fapt, Fu Xi a fost inventatorul celor opt trigrame. În ceea ce privește întrebarea cine s-a suprapus mai întâi celor opt trigrame, nu se oferă nicio concluzie finală. Cele opt trigrame și cele șaizeci și patru de hexagrame duble sunt compuse din Yin Yao (- -) și Yang Yao (-), elementele de bază din *Cartea schimbărilor.* Cele opt trigrame se referă la: Qian (creativul), Kun (receptivul, care se odihnește în fermitate), Zhen (tunet, putere excitantă), Xun (penetrare blândă), Kan (groapa periculoasă), Li (agățarea), Gen (Menținerea, oprirea mișcării) și Dui (bucurie, plăcere). Următoarele sunt semnele lor:



(Adăugăm: cele opt trigrame în simetrie)

☰	Qian San Lian	(Qian are trei rânduri)
☷	Kun Liu Duan	(Kun este separat în șase părți)
☳	Zhen Yang Yu	(Zhen este un borcan cu gura în sus)
☶	Gen Fu Wan	(Gen este un castron cu gura în jos)
☲	Li Zhong Xu	(Mid-Li este gol)
☵	Kan Zhong Man	(Mid-Kan este plin)
☱	Dui Shang Que	(Upper-Dui este un lac)
☴	Xun Xia Duan	(Lower-Xun este împărțit)

Cele Opt Trigrame includ Trigrama lui Fu Xi și Trigrama Regelui Wen. (Vezi figurile 9-1, 9-2, 9-3, 9-4)

Figure 9-1 Early Arrangement of Fu Xi

Notes to this figure:

一乾 the first, Qian 天 heaven 二兑 the second, Dui 泽 marsh
三离 the third, Li 火 fire 四震 the fourth, Zhen 雷 thunder
五巽 the fifth, Xun 风 wind 六坎 the sixth, Kan 水 water
七艮 the seventh, Gen 山 mountain 八坤 the eighth, Kun 地 earth

Figura 9-1. Aranjamentul timpuriu a lui Fu Xi

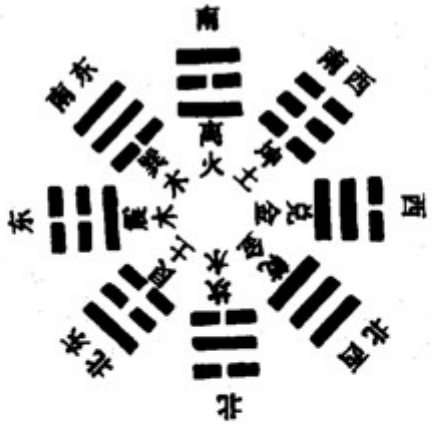


Figure 9-2 Later Arrangement of King Wen

Notes to this figure:

东 east 西 west 南 south 北 north
东北 northeast 东南 southeast 西北 northwest 西南 southwest
乾金 Qian, metal 兑金 Dui, metal 坤土 Kun, earth 离火 Li, fire
巽木 Xun, wood 震木 Zhen, wood 艮土 Gen, earth 坎水 Kan, water

Figura 9-2. Aranjamentul ulterior al regelui Wen

Cele opt trigrame erau simbolul observării mișcării Soarelui și Lunii în timpurile străvechi. În *Marele Tratat a lui Yi* se spune: „*Pozițiile cerului și ale pământului (în trigrame) au fost determinate*”, că primele trigrame cerești au fost utilizate pe patru laturi și în patru colțuri pentru a simboliza mișcarea umbrelor. În vremurile străvechi, Gui (grămada de pământ) era folosit pentru a măsura umbrele pentru a înregistra calendare (semne de cadran solar), astfel se spunea că "Gua" trebuie să studieze semnele sale de cadran solar. Toate cele de mai sus pot fi găsite analizând

structura cuvântului Gua.
Cuvântul

“卦”

constă din

“圭”

și

“卜”

Prima parte

“圭”

înseamnă pământ, cel mai vechi instrument de măsurare a umbrelor, care a fost dezvoltat ulterior în *Guibiao* (un cadran solar vechi chinezesc format dintr-un cadran alungit - *gui* - și unul sau doi gnomoni - *biao*).
A doua parte

“卜”

înseamnă a observa.
Deci

“卦”

înseamnă a observa mișcarea Soarelui și a Lunii.

Figure 9-3 Orders of Fu Xi

Notes to this figure:

一乾 the first, Qian 二兑 the second, Dui
三离 the third, Li 四震 the fourth, Zhen
五巽 the fifth, Xun 六坎 the sixth, Kan
七艮 the seventh, Gen 八坤 the eighth, Kun
太极 Taiji (the Grand Terminus) 阴阳 Yin Yang
太阳 Greater Yang 太阴 Greater Yin
少阴 Lesser Yin 少阳 Lesser Yang
两仪 the Two Elementary Forms 八卦 the Eight Trigrams
四象 the Four Emblematic Symbols

Figura 9-3. Ordinea lui Fu Xi

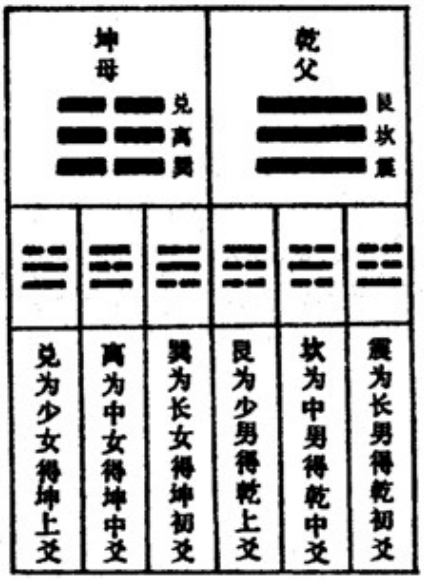


Figure 9-4 Orders of King Wen

Notes to this figure:

坤母 Kun, the mother 乾父 Qian, the father

兑 Dui 离 Li 巽 Xun 艮 Gen 坎 Kan 震 Zhen

兑为少女得坤上爻 Dui, the youngest daughter, Kun, the upper Yao

离为中女得坤中爻 Li, the second daughter, Kun, the middle Yao

巽为长女得坤初爻 Xun, the eldest daughter, Kun, the lower Yao

艮为少男得乾上爻 Gen, the youngest son, Qian, the upper Yao

坎为中男得乾中爻 Kan, the second son, Qian, the middle Yao

震为长女得乾初爻 Zhen, the eldest son, Qian, the lower Yao

Figura 9-4. Ordinea regelui Wen

În cele mai vechi timpuri au existat trei școli de observație astronomică. Erau Gaitian, Huntian și Xuanye. Gaitian se referă la observarea de către om a fenomenelor cerești din ceruri. Cerurile au apărut ca un semicerc, iar în ceea ce privește pământul, anticii au crezut că are formă pătrată, așa că această școală a fost numită și „teoria cerului circular și a pământului pătrat”, Cartea Schimbărilor aparține acesteia. Școala Huntian se referă la observarea de către om a fenomenelor din afara cerului, deci cerurile sunt perfect rotunde. Și școala Xuanye se referă la observațiile omului pe timp de noapte. TCM aparține lui Gaitian.

II. Embleme Yao (linii) și dispunerea celor opt trigrame

1. Yao (linii) din cele opt trigrame

În cele opt trigrame, semnele sunt folosite pentru a reflecta fenomene obiective, iar emblemele hexagramelor cu trigrame comandă pe cele ale liniilor.

Liniile se numesc Yao. „-” este Yang Yao, personaj puternic aparținând lui Yang; - - este Yin Yao, caracter slab flexibil aparținând lui Yin. „Yin și Yang constituie Dao” (mișcarea succesivă a operațiilor inactive și active constituie cursul lucrurilor). Liniile Yin și Yang reprezintă Yin Qi și Yang Qi, în timp ce funcțiile tuturor lucrurilor au evoluat din ele.

În ceea ce privește implicațiile lui Yin Yao (- -) și Yang Yao (-), există mai multe puncte de vedere:

1) simboluri originale ale organelor de reproducere umane

2) evoluția ghicirii prin carapacea broaștei țestoase

3) simbol al ghicirii prin *yarrow*[*]

* O plantă eurasiatică din familia margaretelor, cu frunze cu pene și capete de flori mici, albe, galbene sau roz.

Orice au reprezentat inițial, se poate afirma că ambele semne conțin unitatea contrariilor Yin și Yang și sunt simboluri ale Yin și Yang.

Yao, unitatea de bază a celor opt trigrame, are trei semnificații, lumina Soarelui, lumina Lunii și proiecția reciprocă a Soarelui și a Lunii. Yao în sine este simbolul mișcării Soarelui și Lunii, care se explică prin figura trigramelor Cerului timpuriu văzute în figura 9-5.

Figure 9-5 Diagrams of Early Heaven Trigrams

Notes to this figure:

乾 Qian 坤 Kun 兑 Dui 巽 Xun 离 Li 震 Zhen 艮 Gen 坎 Kan

Figura 9-5. Diagrama primelor trigrame ale cerului

Cercul interior compus din prima linie Yao, începe și se termină cu Qian și Kun. De la Yin la extremitatea sa în Kun, dând naștere la o linie Yang până la extremul Yang de la Qian, acesta este procesul prin care Yin scade și Yang crește; de la Yang la extremitatea sa în Qian, dând naștere la o linie Yin la extremul Yin de la Kun, acesta este un proces de creștere a Yin în timp ce Yang scade. Aceasta este legea creșterii și declinului Yin și Yang din *trigramele cerului timpuriu*, care simbolizează schimbările de umbră ale mișcării vizuale a Soarelui în timpul unui an și mișcarea vizuală a Lunii în timpul unei zile. Cercul din mijloc compus din linii Mid-Yao începe și se termină în Kan și Li și marchează creșterea și declinul Yin și Yang în timpul revoluției și rotației pământului într-un an sau zi de circuit. Cercul exterior compus din linii întregi și medii este de a înregistra mișcarea vizuală a Lunii într-o lună. Începutul de la Kun este Shuo (prima zi a lunii lunare), se numește Shang Xian (primul sfert de lună) de la Kun la Li. Sosirea la Qian este Wang (a cincisprezecea zi), se numește Xia Xian (al treilea sfert al lunii) de la Qian la Kan. Revenirea la Kun este o lună Shuo. Toate cele de mai sus indică faptul că Yao este utilizat pentru a înregistra schimbările Soarelui și a mișcării Lunii. (Vezi Figura 9-6)

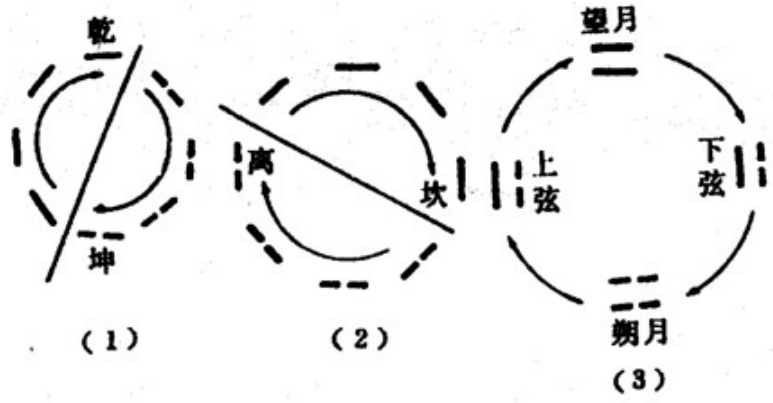


Figure 9-6 Sketch map of emblems of Yao

Notes to this figure:

乾 Qian 坤 Kun 离 Li 坎 Kan

望月 full moon 朔月 crescent 上弦 upper crescent 下弦 lower crescent

Figura 9-6. Schiță a emblemelor Yao

2. Aranjamentul celor opt trigrame

Conform *Cărții schimbărilor* copiat pe mătase dezgropată din mormintele Han din Ma Wang Dui, ordinea celor opt trigrame este: Qian, Gen, Kan, Zhen, Kun, Dui, Li și Xun, un aranjament alternativ la *trigramele cerului timpuriu* și mai târziu trigramele cerului.

În ceea ce privește emblemele celor opt trigrame, *Cartea schimbărilor* spune că cele opt trigrame au fost finalizate în ordinea corectă, au existat în fiecare linie emblematică.

Fiecare Gua (trigramă) din cele opt trigrame are un pictogramă simbolică (vezi tabelul 9-1) inclus:

Qian	☰	reflectă cerul	Kun	☷	reflectă pământul
Zhen	☳	reflectă tunetul	Xun	☴	reflectă vântul
Kan	☵	reflectă apa	Li	☲	reflectă focul
Gen	☶	reflectă muntele	Dui	☱	reflectă mlaștina

Tabelul 9-1. Simbolismul celor opt trigrame

Qian	Kun	Zhen	Xun	Kan	Li	Gen	Dui
Putere	Moliciune	Putere incitantă	Pătrundere blândă	Groapă periculoasă	Luminozitate	Odihnă	Bucurie

La distanță sau în general

Qian	Kun	Zhen	Xun	Kan	Li	Gen	Dui
Cal	bou	Dragon	Pasăre	Porc	Fazan	Câine	Oaie

Aproape la îndemână, în propria persoană

Qian	Kun	Zhen	Xun	Kan	Li	Gen	Dui
Cap	Abdomen	Picior	Coapsă	Ureche	Ochi	Mână	Gură

Embleme în familie

Qian	Kun	Zhen	Xun	Kan	Li	Gen	Dui
Tată	Mamă	Fiul cel mai mare	Cea mai în vârstă fiică	Al doilea fiu	A doua fiică	Cel mai tânăr fiu	Mezina

Cer și pământ, tunet și vânt, apă și foc, munte și mlaștină; acestea sunt patru perechi de contrarii. Apariția și dezvoltarea tuturor lucrurilor câștigă o nouă unitate în contrarii din cauza transformării Yin și Yang. Yin Yao (- -) și Yang Yao (-), prin urmare, stau la baza evoluției a opt trigrame, din care sunt derivate șaizeci și patru de hexagrame duble. Cele opt trigrame sunt semnul suprem al Qi Hua al universului (diferite tipuri de schimbări luând locul în corp sub acțiunea Qi). Yang Yao (-) reprezintă puteri active, în timp ce Yin Yao (- -) reprezintă lucruri inactive. Deci, cele opt trigrame sunt simbolurile lui Yin Yang Qi Hua.

<u>III. Cele opt trigrame prezintă, de asemenea, două tipuri: trigrame cerești timpurii și trigrame cerești mai târzii.</u>

Se spune că primele au fost inventate de Fu Xi și, prin urmare, se numesc Trigramele Fu Xi. Acestea din urmă se numesc Trigramele Regelui Wen pentru că se spune că Regele Wen le-a inventat. Prin cercetări textuale s-a dovedit că cele opt trigrame nu au fost inventate nici de Fu Xi, nici de regele Wen, dar în ceea ce privește cine le-a inventat, nu există o concluzie definitivă. Cele

opt trigrame au fost rezumate din practicile sociale și de viață ale oamenilor muncii pe o perioadă lungă de timp. De asemenea, este fără îndoială că cele opt trigrame au propria lor bază materială și materialism și o dialectică naive.

Forma și imaginile *trigramelor cereşti timpurii* și *ulterioare* sunt aceleași.

Diferențele He în poziția și ordinea aranjamentului.

Trigramele cerului timpuriu: Qian se află la sud, Kun la nord, Li la est și Kan la vest. (Vezi figura 9-7)

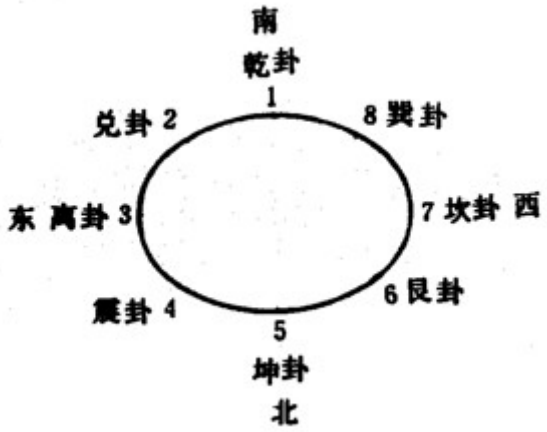


Figura 9-7. Trigramele cerului timpuriu

Trigramele cerului ulterior: Li se află la sud, Kan la nord, Zhen la est și Dui la vest, (vezi figura 9-8)

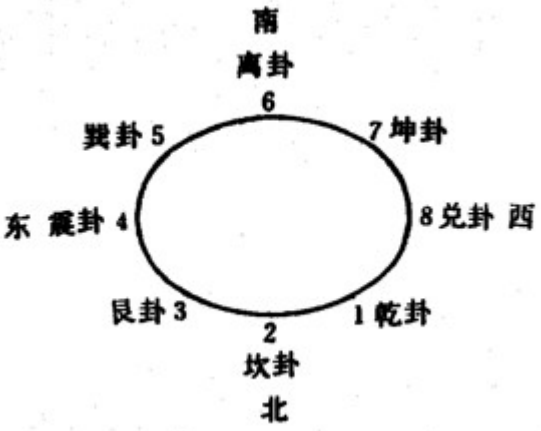


Figura 9-8. Trigramele cerului ulterior

Note la figurile 9-7 și 9-8

南 South 北 north 东 east 西 west
离卦 trigram of Li 坎卦 trigram of Kan
震卦 trigram of Zhen 兑卦 trigram of Dui
巽卦 trigram of Xun 坤卦 trigram of Kun
艮卦 trigram of Gen 乾卦 trigram of Qian

Trigramele cerului ulterior îl privesc pe Li și Kan drept sud și nord, Zhen și Dui ca est și vest. Deci, a determinat estul, sudul, vestul și nordul de Zhen, Li, Dui și Kan, care reprezintă, respectiv, căldura primăverii, căldura verii, răcoarea toamnei și răceala iernii. Despre cele opt etape ale creșterii și stocării universale, se spune în *Tratatul de Observații despre Trigramele lui Yi*: „*Toate lucrurile sunt făcute să apară în Zhen, care este plasat la est. Li dă ideea de strălucire.*

Toate lucrurile sunt acum făcute să se manifeste reciproc. Este trigrama sudului. Kun denotă pământul (și este plasat la sud-vest). Toate lucrurile primesc de la el cea mai completă hrană. Dui corespunde (la vest) și toamna - anotimpul în care toate lucrurile se bucură. Kan denotă apă, este trigrama exact la nord - trigrama confortului și odihnei, la ceea ce tind toate lucrurile. Gen este trigrama nord-estului. În el toate lucrurile aduc la bun sfârșit problema trecutului (anul) și pregătesc începutul următorului". De aceea se spune: "*El finalizează (lucrarea anului) în Gen*".

Urmașii adoptă adesea trigramele cerului ulterior (King Wen Trigrams), iar Jiugong și Bafeng din *Canonul de medicină al împăratului* îl adoptă și ei.

Secțiunea 2. Formarea, dispunerea și semnificația a șaizeci și patru de hexagrame duble

Opt Trigrame, numite și Opt Trigrame Jing, stau la baza celor șaizeci și patru de hexagrame separate sau șaizeci și patru de hexagrame duble, al căror mod de derivare constă în faptul că fiecare hexagramă separată este compusă din două trigrame *Jing*. De exemplu, hexagrama Meng ䷃ separată de este compusă din trigrama Gen ☶ și trigrama Kan ☵. Trigrama Gen (reflectă munții) este *gua* superioară, Kan (reflectă apa), este cea inferioară, deci caracterul hexagramei separate Meng este o problemă de primăvară sub un munte. Formarea a șaizeci și patru de hexagrame duble este după cum urmează:

Doi Qian îl fac pe Qian ䷀	doi Kun îl fac pe Kun ䷁	Doi Zhen îl fac pe Zhen ䷲	doi Xun îl fac pe Xun ䷸
Doi Kan îl fac pe Kan ䷜	Doi Li îl fac pe Li ䷝	Doi Gen îl fac pe Gen ䷳	Doi Dui îl fac pe Dui ䷹

Cerul sus și pământul jos fac Pi (Stagnare)
䷋ ䷊
Cerul jos și pământul sus fac Tai (Pace)

Cerul sus și tunetul jos îl fac pe Wu Wang (Corectitudine)
䷘ ䷀
Cerul jos și tunetul sus îl fac pe Da Zhoang (Puterea Marelui)

Cerul sus și vântul jos îl fac pe Gou (Întâlnire)
䷫ ䷀
Cerul jos și vântul sus îl fac pe Xiao Xu (Forța mică de îmblânzire)

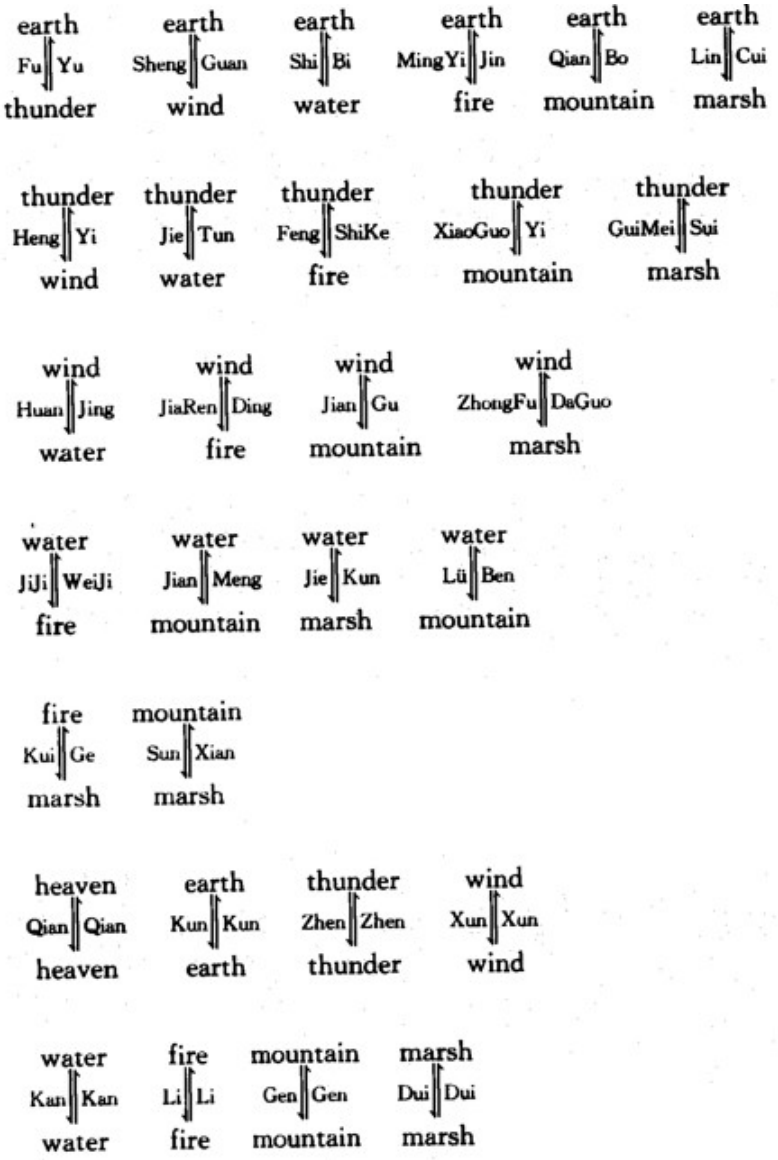
Cerul sus și apa jos îl fac pe Song (conflict)
䷅ ䷀
Cerul jos cu apă sus îl fac pe Xu (Plângere)

Cerul sus și focul jos îl fac pe Tang Ren (Companion)
䷌ ䷀
Cerul jos și focul sus îl fac pe Da You (Marea posesie)

Cerul sus și munții jos îl fac pe Dun (Retragere)	
䷠	䷖
Cerul jos și munții sus îl fac pe Da Xu (Marea Forță de Îmblânzire)	

Cerul sus și mlaștina jos îl fac pe Lu	
䷮	䷞
Cerul jos și mlaștina sus îl fac pe Guai (Eliminarea corupției)	

Raționând, odihnește-te prin analogie:



Șaizeci și patru de hexagrame duble în simetrie:

Primul Gong: Qian este Cer
cer-vânt este Gou (Întâlnire)
cer-munte este Dun (Retieat)

cer-pământ este Pi (Stagnare)
vânt-pământ este Guan (contemplație)
munte-pământ este Bo (Falling Apart)
foc-pământ este Jin (Progres)
foc-cer este Da You (Marea Posesie, Abundență)

Al 2-lea Gong: Kan este Apă
apă-mlaștină este Jie (reglementare, restricționare)
apă-tunet este Tun (Dificultate inițială)
apă-foc este Ji ji (Finalizare)
mlaștină-foc este Ge (Revoluție)
tunet-foc este Feng (Abundență, prosperitate)
pământ-foc este Ming Yi (Întunecarea luminii, inteligență)
pământ-apă este Shi (Armata, Acțiune în Grup)

Al 3-lea Gong: Gen este munte
munte-foc este Bi (Ornament)
cer-muntel este Da Xu (Marea Forță de Îmblânzire)
munte-mlaștină este Sun (Scădere)
foc-mlaștină este Kui (dezbinare, înstrăinare reciprocă)
cer-mlaștină este Lu (călcând cu atenție)
vânt-mlaștină este Zhong Fu (Sinceritate)
vânt-munte este Jian (Progres gradual, creștere)

Al 4-lea Gong: Zhen este tunet
tunet-pământ este Yu (armonie, bucurie, entuziasm)
tunet-apă este Jie (Eliminarea obstacolelor)
tunet-vânt este Heng (perseverență, durată)
pământ-vânt este Sheng (Ascendent)
apa-vânt este Jing (Bine)
mlaștină-vânt este Da Guo (Exces)
mlaștină-tunet este Sui (Următorul)

Al 5-lea Gong: Xun este vânt
vânt-cer este Xiao Xu (Forța de îmblânzire, restrângere mică)
vânt-foc este Jia Ren (Familia)
vânt-tunet este Yi (Creștere)
cer-tunet este Wu Wang (Corectitudine, Inocență)
foc-tunet este Shi He (Mușcătură)
munte-tunet este Yi (Hrănire)
munte-vânt este Gu (Oprirea decăderii)

Al 6-lea Gong: Li este foc
foc-munte este LU (Străin călător)
foc-vânt este Ding (Cazan)
foc-apă este Wei Ji (Înainte de finalizare)
munte-apă este Meng (Lipsa de experiență tinerească, obscuritate)
vânt-apă este Huan (Dispersie)
cer-apă este Song (Conflict)
cer-foc este Tong Ren (Uniunea Bărbaților)

Al 7-lea Gong: Kun este pământ

pământ-tunet este Fu (Întoarcere)
pământ-mlaștină este Lin (Abordare, Simbol de avans)
pământ-cer este Tai (Pace)
tunet-cer este Da Zhuang (Puterea Marelui)
mlaștină-cer este Guai (Îndepărtarea corupției, spargerea)
cer-apă este Xu (Plângere)
apă-pământ este Bi (Uniune)

Al 8-lea Gong: Dui este mlaștină
mlaștină-apă este Kun (Opresiune)
mlaștină-pământ este Cui (Adunarea împreună)
mlaștină-munte este Xian (Influență)
apă-munte este Jian (Oprirea mișcării)
pământ-munte este Qian (modestie)
tunet-munte este Xiao Guo (Exces mic)
tunet-mlaștină este Gui Mei (Fecioara căsătorită, Proprietate)

Ordinea de aranjare a șaizeci și patru de hexagrame ale lui Fu Xi urmează să vezi figurile 9-9, 9-10, 9-11 și tabelul 9-2

Figura 9-9. Diagrama rotundă a ordinii celor șaizeci și patru de hexagrame ale lui Fu Xi

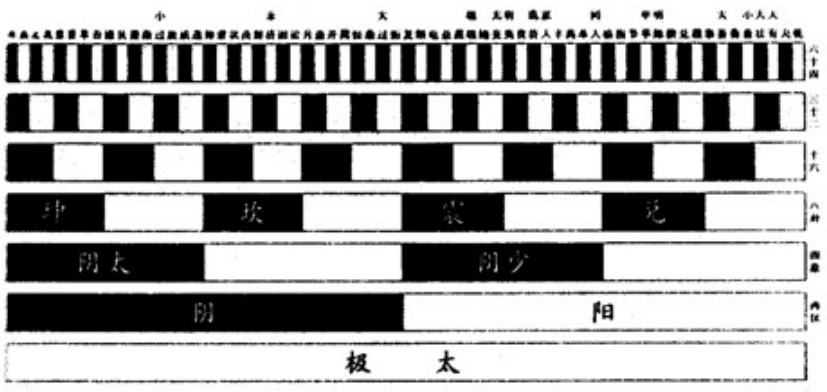


Figura 9-10. Diagrama liniară a ordinii celor șaizeci și patru de hexagrame ale lui Fu Xi

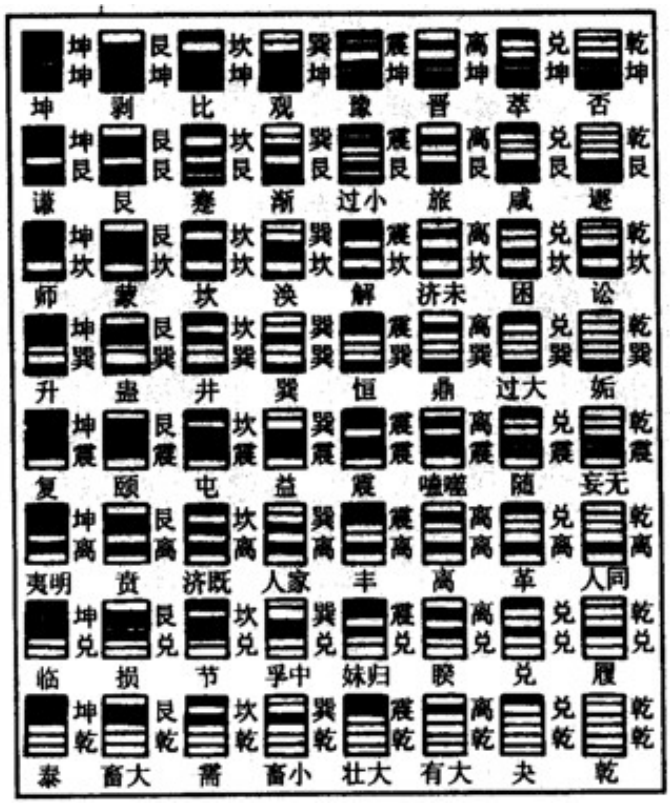


Figura 9-11. Diagrama pătrată a ordinelor a șaizeci și patru de hexagrame ale lui Fu Xi

太极 Taiji (the Grand Terminus) 六十四 sixty-four 十一 eleven
十六 sixteen 太阴 Greater Yin 少阴 Lesser Yin
春分 the Spring Equinox 秋分 the Autumn Equinox
夏至 the Summer Solstice 冬至 the Winter Solstice
四象 Four Emblematic Symbols 两仪 Two Elementary Forms
八卦 the Eight Trigrams 阴 Yin 阳 Yang
乾 Qian 坤 Kun 屯 Tun 蒙 Meng 需 Xu 讼 Song 师 Shi 比 bi
小畜 Xiao Xu 履 Lü 泰 Tai 否 Pi 同人 Tong Ren 大有 Da You
谦 Qian 豫 Yu 随 Sui 蛊 Gu 临 Lin 观 Guan
噬嗑 Shi Ke 贲 Ben 剥 Bo 复 Fu 无妄 Wu Wang
大畜 Da Xu 颐 Yi 大过 Da Guo 坎 Kan 离 Li 咸 Xian
恒 Heng 遁 Dun 大壮 Da Zhuang 晋 Jin 明夷 Ming Yi 家人 Jia Ren
睽 Kui 蹇 Jian 解 Jie 损 Sun 益 Yi 夬 Guai 姤 Gou 萃 Cui
升 Sheng 困 Kun 井 Jing 革 Ge 鼎 Ding 震 Zhen 艮 Gen
渐 Jian 归妹 Gui Mei 丰 Feng 旅 Lü 巽 Xun 兑 Dui 涣 Huan
节 Jie 中孚 Zhong Fu 小过 Xiao Guo 既济 Ji Ji 未济 Wei Ji

Note la figurile 9-9, 9-10 și 9-11

Upper / Lower	Qian ☰ Heaven	Kun ☷ Earth	Zhen ☳ Thunder	Xun ☴ Wind	Kan ☵ Water	Li ☲ Fire	Gen ☶ Mountain	Dui ☱ Marsh
Qian ☰ Heaven	Qian (乾)	Tai (泰)	Da Zhuang (大壮)	Xiao Xu (小畜)	Xu (需)	Da you (大有)	Da Xu (大畜)	Guai (夬)
Kun ☷ Earth	Pi (否)	Kun (坤)	Yu (豫)	Guan (观)	Bi (比)	Jin (晋)	Bo (剥)	Cui (萃)
Zhen ☳ Thunder	Wu Wang (无妄)	Fu (复)	Zhen (震)	Yi (益)	Tun (屯)	Shi Ke (噬嗑)	Yi (颐)	Sui (随)
Xun ☴ Wind	Gou (姤)	Sheng (升)	Heng (恒)	Xun (巽)	Jing (井)	Ding (鼎)	Gu (蛊)	Da Guo (大过)
Kan ☵ Water	Song (讼)	Shi (师)	Jie (解)	Huan (涣)	Kan (坎)	Wei Ji (未济)	Meng (蒙)	Kun (困)
Li ☲ Fire	Tong Ren (同人)	Ming Yi (明夷)	Feng (丰)	Jia Ren (家人)	Ji Ji (既济)	Li (离)	Ben (贲)	Ge (革)
Gen ☶ Mountain	Dun (遁)	Qian (谦)	Xiao Guo (小过)	Jian (渐)	Qian (蹇)	Lü (旅)	Gen (艮)	Xian (咸)
Dui ☱ Marsh	Lü (履)	Lin (临)	Gui Mei (归妹)	Zhong Fu (中孚)	Jie (节)	Kui (睽)	Sun (损)	Dui (兑)

Tabelul 9-2. Tabel cu șaizeci și patru de hexagrame duble

Secțiunea 3. Calitatea și semnificația celor opt trigrame

Cele opt trigrame simbolizează originea și evoluția naturii.

Laozi a spus: "*Dao generează unul, unul generează doi, doi generează trei, trei generează toate lucrurile. Toate lucrurile de pe pământ îl poartă pe Yin pe spate și îl țin pe Yang în brațe, ascendență adversă lui Qi pentru a câștiga armonie*". „*Dao generează unul*" înseamnă că Domnia lui *Taiji* (Marele Terminus) este Qi înnăscut. Fii activ și apare Yang; fii static și apare Yin.

Combinația dintre Yin și Yang produce *Formele elementare*, adică una generează două. Aceste două forme produc patru simboluri emblematice, care produc din nou cele opt trigrame, iar cele opt trigrame simbolizează *cerul, pământul, tunetul, vântul, apa, focul, muntele* și *mlaștina*, care sunt baza materială a derivării universului. În acestea, Qian și Kun, cerul și pământul sunt rădăcinile tuturor lucrurilor care se nasc între cer și pământ. În secvența ordonată a hexagramelor din *Cartea Schimbărilor* se spune: „*Când erau cer și pământ, atunci toate lucrurile erau produse*". De asemenea, în *Wen Yan în Qian din Yi*, se spune, „*în atributele sale să fie armonia cu cerul și pământul, în strălucirea sa, cu Soarele și Luna*". Prin urmare, cele opt trigrame nu sunt ceva misterios, ci un fel de structură materială în care dialectica apare într-o formă embrionară. *Cartea schimbărilor* și-a format punctul de vedere despre univers și mișcarea asupra a opt lucruri naturale și, prin urmare, a reflectat *cerul, pământul, tunetul, vântul, apa, focul, muntele* și *mlaștina*. Cu apa

și focul ca origine a tuturor, baza Yin și Yang, tunetele și vântul care împing și promovează, muntele și mlaștina au apărut. Acolo unde erau munte și mlaștină, au început să apară creaturi vii, viața a început să se înmulțească și ființele umane s-au înmulțit.

În *Cartea schimbărilor*, „*Qian, (reprezintă) ceea ce este grozav și imaginativ*", ceea ce înseamnă că Qian este Yang pur, extrem de puternic și tare. De asemenea, în *Tuan Trigram of Yi*, se spune: "*Vast este marele și originalul indicat de Qian! Toate lucrurile îi datorează începutul - obține tot sensul cerului [numele]*". Kun reprezintă minunatul și originalul, ceea ce înseamnă că Kun este Yin pur, extrem de flexibil și ascultător. Se spune în *Tuan Trigram of Yi*: "*Completa este marea și originea [capacitate] indicată de Kun! Toate lucrurile îi datorează nașterea lor - primește ascultător influențele cerului*". *Cartea schimbărilor* acordă o importanță deosebită lui Qian Yuan, considerându-l ca fiind forța motrice căreia toate lucrurile își datorează începutul. Dacă acest Yuan se mișcă, cerul, pământul, Soarele și Luna se vor mișca și acestea sunt mișcări perpetue, care se desfășoară de la începutul până la sfârșitul tuturor lucrurilor și influențează apariția și dezvoltarea lor. În textul original al *Cărții schimbărilor*, „*Qian (reprezintă) ceea ce este real și originar, pătrunzător, avantajos, corect și ferm*". Qian, cerul, este un motiv invizibil al mișcării lucrurilor în natură. Yuan, Heng, Li și Zhen sunt patru virtuți ale Qian. Yuan este subliniat ca forță motrice a Yuan Qi în *Cartea schimbărilor* și este forma timpurie a monismului care ia Qi ca natură. Heng înseamnă pătrunzător, Li înseamnă avantajos, iar Zhen înseamnă corect și ferm, că, atâta timp cât lucrurile sunt în mișcare, pot face sensibile și rezonabile și utile tuturor lucrurilor, care este legea inexorabilă a dezvoltării naturale, cursul principal a cerului și a pământului. Se spune în *Tian Yuan Ji Da Lun* în *Canonul Medicinii Împăraților*, citând *Cartea pentru Qi Primitiv în Univers:* „*Cerul fără margini este fundamentul și originea tuturor și a dezvoltării lor. Cinci elemente sunt răspândite în univers care răspândesc Qi-ul vital al cerului și al pământului, așa că modul în care a luat ființă poate fi obținut. Sensul și raționamentul său sunt la fel"*. Acest lucru arată că această *Cartea schimbărilor* are o mare influență asupra teoriilor de bază ale TCM.

Cartea schimbărilor acordă o mare atenție lui Kun. Deoarece toate cele șase linii din Kun sunt Yin pur. Nimic din univers nu s-ar întâmpla doar cu Yin sau Yang singur. Toate lucrurile apar și se dezvoltă în funcție nu numai de funcția lui Yang, ci și de constituirea lui Yin. Cu alte cuvinte, cerul și pământul trebuie să combine Yin și Yang și apoi să producă universul. Așadar, textul original din *Cartea schimbărilor* spune: „*Kun (reprezintă) ceea ce este grozav și originar, pătrunzător, avantajos, corect și având fermitatea unei iepe*". Yuan înseamnă minunat. „*Shoo Wen*" crede că „*Yuan reprezintă un început*". Heng înseamnă pătrunzător; Li înseamnă avantajos, iar Zhen înseamnă corect și ferm. Kun (pământul) este vast și profund, transportând toate lucrurile din univers. Qian și Kun combinate, Yin este ajutat de Yang și toate lucrurile apar. Se spune în *Canonul de medicină al împăratului*: „*Principiul Yin și Yang este legea universală a naturii, ordinea generală și legea tuturor problemelor, cauza principală a diferitelor schimbări ale universului, puterea motrice a înfloririi și pieririi materiei și a casei minții* ", care susțin puncte de vedere identice. Este evident că teoria de bază a *Canonului de medicină al împăratului* a fost derivată din *Cartea schimbărilor.*

Cartea Schimbărilor subliniază pozițiile importante ale apei și focului în producerea tuturor lucrurilor din univers, precum și funcția lui Qian și Kun în univers. De exemplu, apa este Kun Gen.

Se spune la începutul lui Xu Gua: „*Cele șase Gua nu pot fi separate de Kan, care a fost produs de ceruri*", ceea ce permite ca apa să fie Yin extrem. Nu va exista viață fără apă. Li este foc, iar focul generează pământul, mama tuturor lucrurilor. Deci focul cu apă produce toate lucrurile din univers. În plus, Li și Kan se explică și ca Soarele și Luna. Cu mișcarea soarelui și a Lunii, frigul poate fi alternat cu căldura de vară, iar Yin și Yang pot câștiga armonie. Deci textul original spune: „*Kan arată posesia sincerității, prin care mintea pătrunde*". Yu Fan a spus: „*Pe măsură ce Luna se mișcă pe cer, Kan arată posesia sincerității*". Și din nou „*Kan este mintea lui Qian, cifrele doi și cinci sunt lângă ea, astfel curg Kun, Yin și Yang combinate, deci mintea pătrunde*". Originalul spunea: „*Kun înseamnă Luna, Li înseamnă Soarele. Soarele și Luna sunt atașate de cer*", iar în *Treatise of Remarks on the Trigrams of Yi* se spune: "*Li oferă ideea de strălucire ... Pentru a usca toate lucrurile, nu există nimic mai mult arzător decât focul*". Toți sugerează că *Cartea*

schimbărilor a acordat o atenție deosebită funcției productive a Soarelui și Lunii, așa cum se spune în *Marele tratat despre Yi*: „Merge și vine Luna; Luna merge și Soarele vine, - Soarele și Luna iau astfel locul unul altuia, iar strălucirea lor este rezultatul".

Cartea schimbărilor spune că Zhen și Xun, tunetul și vântul, joacă roluri importante în apariția și dezvoltarea naturii. Textul original spune: „*Simbolismul arată când mișcarea se apropie, He în poziția de pericol (o linie slabă) este montat pe unul puternic*". Și în *Tratatul de remarci despre trigramele lui Yi*, se spune: „*Toate lucrurile sunt făcută să se elibereze în Zhen, care este plasat la est*". (Procesele de producție) sunt aduse în acțiune deplină și egală în Xun, care este plasat la sud-est. „*Fiind adus în acțiune deplină și egală*" se referă la puritatea și dispunerea egală a tuturor lucrurilor.

În plus, *Cartea Schimbărilor* notează funcțiile Gen și Dui, munte și mlaștină, în formarea tuturor lucrurilor din natură, deoarece *Cartea Schimbărilor* spune: „*Munții și colecția de apă își schimbă influența și în acest fel ei sunt capabili să se schimbe și să se transforme și să completeze toate lucrurile*". "*Gen este trigrama nord-estului. În el toate lucrurile aduc la bun sfârșit problemele trecutului [an] și pregătesc începutul următorului*".

Acest lucru indică faptul că teoria celor opt trigrame din Cartea schimbărilor afirmă apariția și derivarea naturii, subliniază marea semnificație a cerului și a pământului, a apei și a focului, a vântului și a tunetului, a muntelui și a mlaștinii din univers și subliniază viziunea. că natura este mișcătoare și materială. Se spune în Tratatul de remarci despre trigramele lui Yi: „(Simbolurile] cerului și pământului au primit pozițiile lor determinate; (cele pentru munți și colecția de apă și-au schimbat influențele; cele pentru tunet și vânt se stimulează reciproc pe toate Cu atât mai mult; locuri]; [de] Dui, pentru a le oferi bucurie deplin curs; [de] Qian, pentru a le conduce, și [de] Kun, pentru a păstra thein. "Și" pentru a pune toate lucrurile în mișcare nu este nimic mai vehement decât tunetul ; pentru împrăștierea lor nu este nimic mai eficient decât vântul; pentru uscarea lor nu este nimic mai mult arzător decât focul; pentru a le oferi plăcere și satisfacție nu este nimic mai recunoscător decât un lac sau mlaștină; pentru umezirea lor nu este nimic mai îmbogățitor decât apă; pentru că îi aduci la un atd și îi faci să înceapă din nou, nu este nimic mai complet adaptat decât Gen. "

Sub influența *Cărții Schimbărilor*, Canonul de Medicină al Împăratului acordă o mare atenție funcției creative a cerului, pământului, apei, focului, solului și metalului. Se spune în *Tian Yuan Ji Da Lun* în *Întrebări simple*: „*Spiritul din cer este vânt, pe pământ este lemn; în cer este căldură, pe pământ este foc; în cer este umed, pe pământ este pământesc; în cer este uscăciunea, în pământ este metal; în cer este rece, în pământ este apă; în cer este Qi, în pământ este formă; forma și Qi interacționează, creând astfel nenumărate lucruri*".

Cele de mai sus demonstrează în continuare teoria conform căreia TCM și *Cartea schimbărilor* sunt în armonie unul cu celălalt.

(Traducere de Wang Xuemin)

Capitolul 10

Harta Marelui Final și Teoria TCM

Secțiunea 1. Harta Grand Terminus/Marelui Final

Harta *Marelui Terminus* este nucleul celor opt trigrame și chintesența *Cărții schimbărilor. Cartea schimbărilor* are ideea de *Grand Terminus*, dar Yi Zhuan este cel care oferă cu siguranță termenul de *Grand Terminus*. În *Marele Tratat despre Yi* scrie: „*În sistemul lui Yi există Marele Terminus*". În ceea ce privește întrebarea din ce carte a derivat, unii cred că a derivat din *Dao Cang*, dar, de fapt, nu s-au realizat cercetări textuale. De unde naiba este luată, trebuie făcută o critică mai

textuală.

I. Despre originile Hărții Marelui Terminus

1. Înregistrarea Taiji (Marele Terminus) a fost notată pentru prima dată în *Cartea schimbărilor.* În *Marele Tratat despre Yi* se spune: „*În sistemul lui Yi există Marele Terminus, care a produs cele două forme elementare. Aceste două forme au produs cele patru simboluri emblematice, care au produs din nou cele opt trigrame*”.

2. Despre originea *Hărții Marelui Terminus*. Există mai multe opinii, după cum urmează:
a. *Harta Marelui Terminus* a fost din seria „*Armonia din Cartea schimbărilor*” de Wei Boyang din dinastia Han de Est.
b. Harta a fost înregistrată pentru prima dată în „*Înțelesul original al cărții schimbărilor*” de Zhu Xi din dinastia Song, care a primit-o de la un pustnic din Shu de Vest transmis de Cai Jiwong, apoi a înregistrat-o în „*Înțelesul original al Cărții schimbărilor*”, care a fost transmis până acum.
c. Harta era din *Harta marelui Terminus* de Zhou Dunyi din dinastia Song. Se spune că un preot taoist Chen Tuan din dinastia Song l-a instruit pe Zhou Dunyi cu *Harta Marelui Terminus*, l-a instruit pe Shao Youg cu *Cerul timpuriu al celor opt trigrame*, l-a instruit pe Li Mu cu *Harta He* și cu *Scrierea Luo*.

II. Despre Taiji (Grand Terminus)

„Tai” înseamnă suprem, inepuizabil. *Taiji* înseamnă infinit, inclusiv timp fără sfârșit și spațiu nelimitat. „Nelimitat” se referă la Qi haotic din univers fără direcție, fără formă și fără limită, care este „*Dao generează pe unul*”. Reprezintă nu numai infinitul macrocosmosului, ci și microcosmosul însuși.

Harta Marelui Terminus (vezi figura 10-1) de la infinit la supremul final, este baza teoriei apariției universului în *Cartea schimbărilor. Cartea schimbărilor* crede că universul se plasează în infinit - Qi-ul haotic original din univers. „Tai” a fost considerat un număr necunoscut în schemele antice din China, ceea ce sugerează că cuvântul „Tao” înseamnă infinit. Taiji (Marele Terminus), prin urmare, se referă la ideea că universul este infinit și nelimitat.

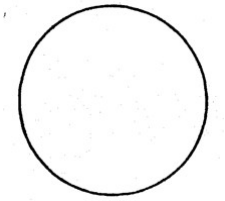


Figura 10-1. Harta Taiji (Harta Grand Terminus, Infinite) (1)

Baza materială a Taiji (Grand Terminus) este Yin și Yang. Se spune în *Marele Tratat despre Yi*, „Yin și Yang constituie Dao (Mișcarea succesivă a operațiilor inactive și active constituie cursul lucrurilor). Yin și Yang nu au fost izolate sau separate, ci au fost combinate între ele. *Harta Marelui Terminus* (figura 10-2) este cel mai bun indiciu al acestei idei, că „unul generează pe doi”.

Figura 10-2. Harta Taiji (Harta Grand Terminus) (2)

(Toate lucrurile) îl poartă pe Yin pe spate și îl țin pe Yang în brațe, Yin în Yang, Yang în Yin, Yin și Yang sunt interdependenți și restrânși în unitate, care pot fi împărțiți în doi și combinați într-unul singur. Dar există Yang extrem în Yin, extrem Yin în Yang, Yin în extremitatea sa dă naștere lui Yang, iar Yang în extremitatea sa dă naștere lui Yin, care în acest fel constituie Diagrama completă a

Marelui Terminus. Acest lucru poate simboliza cel mai bine relația unității contrariilor dintre Yin și Yang (figura 10-3)

Figura 10-3. Harta Taiji (Harta Grand Terminus) (3)

Harta Grand Terminus este rotundă, principiul monismului luând în el Qi ca centru. Aceasta sugerează că toate lucrurile provin din Qi-ul Original, care este începutul Qi Hua (Activitate vitală). Deci Taiji (Marele Terminus) mai este numit *Wuji* (infinit) sau Tai Xu (Universul). Forma rotundă reprezintă acest sens.

De ce sunt liniile Yin și Yang din *Harta curbelor Grand Terminus* care se înconjoară reciproc în loc de linii drepte? Neutilizarea liniilor drepte simbolizează faptul că Yin și Yang sunt relative, nu absolute, deși fiecare ia o jumătate. Această linie de Yin este mai mult decât Yang, în timp ce Yin este mai mic decât Yang. Yin și Yang nu sunt mediate absolut, se limitează și depind unul de celălalt. În ceea ce privește ochiul negru și ochiul alb, reprezentând Yin extrem și Yang extrem, ele simbolizează că Yin în extremitatea sa dă naștere Yang și Yang în extremitatea sa dă naștere Yin, Yin și Yang pot fi transformați. Și ochiul negru și ochiul alb arată că există Yang în Yin și Yin în Yang.

Zona curbată dintre combinația de Yin și Yang reprezintă creșterea și declinul Yin și Yang ca fiind mai degrabă graduale decât bruscă. În termenii figurii, *Harta Grand Terminus* are semnificația de la zero la unu, de la unu la doi, doi la patru, patru la opt, opt la șaisprezece și pe urmă la treizeci și doi, și la șaizeci și patru și apoi la infinit.

Secțiunea 2. Morală filozofică a Hărții Marelui Terminus

În primul rând *Harta Marelui Terminus* este rotundă, ceea ce reprezintă că universul a început de la *Hun Dun Qi Yi Yuan*, deci este simbolul principiului monismului care ia Qi ca centru. Taiji (Grand Terminus) conține Yin și Yang, în timp ce diagrama conține legea naturală a creșterii și declinului Yin și Yang. Curbele diagramei implică legea schimbării și dezvoltării printre toate lucrurile. *Harta Grand Terminus* indică legea schimbării calitative și a schimbării cantitative a tuturor lucrurilor. Cele două jumătăți egale de Yin și Yang din *Harta Marelui Terminus* de la mic la mare, mare la mic, sugerează că toate lucrurile nu sunt statice, ci se dezvoltă, se transformă și se mișcă. Extremele Yin și Yang sugerează că lucrurile se transformă în contrariile lor atunci când ajung la extrem, iar supraabundența Yin rezultă în Yang și supraabundența Yang duce la Yin (vezi figura 10-4).

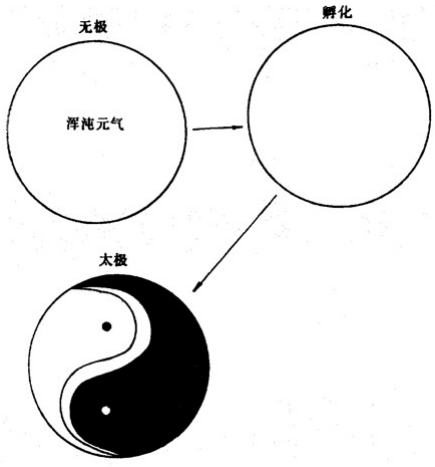


Figura 10-4. apariția lui Grand Terminus

无极 infinite 孵化 incubation 太极 the Grand Terminus
浑沌元气 Original Qi in the universe

Note la figura de mai sus

Starea haotică pentru *Grand Terminus*, combinația lui Yin și Yang, a transformat și a produs toate lucrurile, legea derivării sale a fost: infinit - Grand Terminus - cele două forme elementare - Patru simboluri emblematice - cele opt trigrame - șaizeci și patru de hexagrame. Aceasta este esența perspectivelor mondiale ale *Cărții schimbărilor*, care întruchipează gândurile glorioase ale unuia care se împarte în doi și doi care se combină într-unul (vezi figurile 9-3, 9-10).

Harta Marelui Terminus subliniază mișcarea și schimbarea. În *Marele Tratat despre Yi*, se spune: "*În sistemul Yi există Grand Terminus, care a produs cele două forme elementare. Aceste două forme au produs cele patru simboluri emblematice, care au produs din nou cele opt trigrame*", ceea ce indică creșterea și declinul Yin și Yang îșI că *Grand Terminus* este originea tuturor lucrurilor derivate din el. Se spune în *Harta marelui Terminus* de Zhou Dunyi din dinastia Song: „*De la infinit la Marele Terminus, mutarea Grand Terminus dă naștere la Yang, mișcarea în extremitatea sa dă naștere la pauză, care produce Yin, pauză în extremitatea sa dă naștere mișcării. Liniștea și mișcarea sunt cauze reciproce*". Aceasta indică diagrama *Grand Terminus* care oferă dialectică materialistă profundă.

Acest lucru, la rândul său, arată că *Harta Marelui Terminus* este câmpul suprem al filozofiei din *Cartea schimbărilor* și simbolul legii tuturor lucrurilor care se schimbă și se dezvoltă în univers, care include o teorie filosofică profundă.

Secțiunea 3 Harta Grand Terminus și Yin Yang Qi Hua

Harta Grand Terminus este diagrama simbolică a lui Yin Yang Qi Hua (funcționarea Qi; activitate vitală). Iar *Taiji* este simbolul lui *Yin Yang Qi Hua* din univers. Se spune în *Marele Tratat despre Yi:* „*Yin și Yang constituie Dao*" (Mișcarea succesivă a operațiilor inactive și active constituie cursul lucrurilor). *Taiji* nu numai că subliniază faptul că toate lucrurile din univers au început de la începutul lumii, dar acordă atenție și unității contradictorii a Yin și Yang, care este considerată forța motrice de bază a dezvoltării tuturor lucrurilor.

Se spune în *Canonul de medicină al împăratului*: „*Yin și Yang sunt legea universală a naturii, ordinea generală și principiul fundamental al materiei, cauza principală a diferitelor schimbări ale universului, începutul nașterii și al creației, moartea și distrugerea tuturor lucrurilor, depozitul a tot ceea ce este misterios în lumea naturală*", ceea ce arată că sub influența *Cărții schimbărilor*, TCM acordă atenție și semnificației activității vitale a lui Yin și Yang în apariția și dezvoltarea tuturor lucrurilor.

A. Teoria creșterii, declinului și transformării Yin și Yang:

Transformarea lui Yin și Yang în *Harta Marelui Terminus* conține legea lui Yin care scade atunci când Yang crește și Yin crește când Yang scade de la schimbare cantitativă la schimbare calitativă, care are același sens ca teoria din *Canonul de medicină al împăratului*. Supraabundența Yang rezultând un Yin și supraabundența Yin rezultând Yang; „*Frigul în extremitatea sa dă naștere la căldură și căldura în extremitatea sa dă naștere la frig*".

Legea creșterii, descreșterii și transformării lui Yin și Yang în *Harta Grand Terminus* rezumă relația dintre Yin și Yang în cele opt trigrame. Cele opt trigrame sunt formate din Yin Yao și Yang Yao. Creșterea, descreșterea și transformarea Yin și Yang sunt întruchipate de fiecare emblemă a trigramelor. Între timp, în cele opt trigrame complete există creșterea și declinul Yin și Yang, ascendent și descendent al mișcării Qi. De exemplu, în timpul celor patru anotimpuri ale anului, solstițiul de iarnă reflectă ascensiunea Yang, unde se instalează Fu (Revenirea); în timp ce Solstițiul de vară reflectă creșterea în Yin, unde se instalează Gou (Întâlnire).
(vezi figura 10-5 și 10-6)

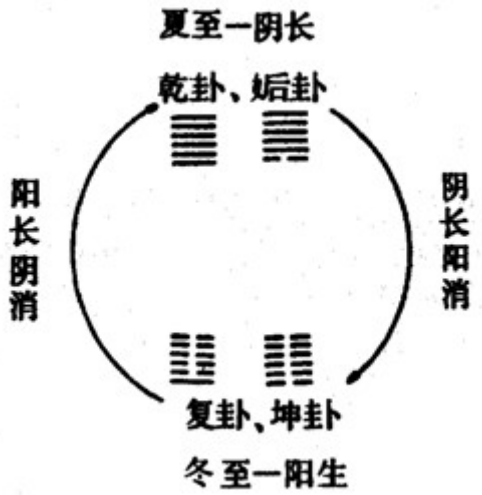


Figura 10-5. Scăderea și descreșterea Yin și Yang în Taiji (Grand Terminus)

夏至一阴长 the Summer Solstice — Yin waning
冬至一阳生 the Winter Solstice — Yang originating
阴长阳消 Yin waning and Yang waxing
阳长阴消 Yang waning and Yin waxing
乾卦 trigram of Qian 姤卦 trigram of Gou
复卦 trigram of Fu 坤卦 trigram of Kun

Note la figura 10-5

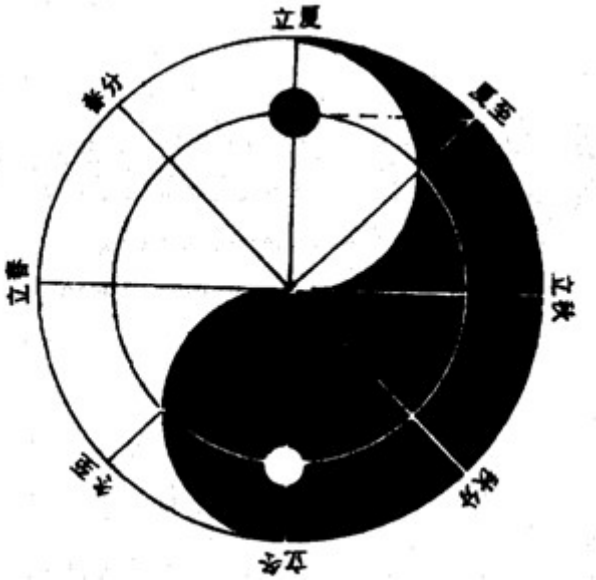


Figura 10-6. Timp în cele patru sezoane ale Taiji (Grand Terminus)

立春 the beginning of spring 立夏 the beginning of summer
立秋 the beginning of autumn 立冬 the beginning of winter
春分 the Spring Equinox 秋分 the Autumn Equinox
夏至 the Summer Solstice 冬至 the Winter Solstice

Note la figura 10-6

B. Legea inter-dependenței și a inter-restricției dintre Yin și Yang:

Legea inter-dependenței și inter-restricției există între Yin și Yang, iar combinația dintre Yin și Yang în *Harta Marelui Terminus* întruchipează interdependența lor, că „*Yang se bazează pe Yin,*

Yin se aplică în Yang" , "*Yin este cauza principală a Yang, Yang este cauza principală a Yin*", "*Yin singur nu va apărea, iar Yang singur nu va creşte*". Aceeaşi semnificaţie este exprimată în *Canonul de medicină al împăratului*, „*Yin este instalat în interior ca bază materială a Yang; Yang rămâne la exterior ca manifestare a funcţiei lui Yin*".

Interdependenţa şi interdicţia se păstrează în timp ce se transformă, astfel, toate lucrurile se pot dezvolta normal. Zhang Jingyue (1563—1640, un renumit medic) a spus: „*Natura trebuie să aibă creştere şi reţinere în ea. Fără creştere nu va avea nici o cauză fundamentală de dezvoltat; fără reţinere va fi excesivă până la punctul de rău. Creşterea existentă în reţinere şi reţinerea în creştere împreună o face să funcţioneze bine şi să se opună reciproc, astfel încât să se completeze una cu cealaltă*".

Fără inter-restricţii, va apărea preponderenţa fie a lui Yin, fie a Yang-ului, chiar disocierea lui Yin de Yang, vitalitatea nu va fi menţinută, ceea ce este aprobat de ceea ce se spune în *Canonul de medicină al împăratului*, „*Disocierea lui Yin de Yang [rezultă din] epuizarea esenţei vitale*".

(Traducere de Hou Jianjun)

Capitolul 11

Harta He, scrierea Luo şi teoria TCM

Secţiunea 1. Explicaţia hărţii He şi a scrierii Luo prin trigrame

Se spune că *Harta He* şi *Scrierea Luo* au fost derivate în *Yi Shu Gou Yin Pictures* de Liu Mu din dinastia Song. Este numele combinat a două imagini digitale. Legenda spune că *He Map* este imaginea din spatele unui cal - dragon. Scrierea Luo este imaginea din spatele unei broaşte ţestoase divine. În cele mai vechi timpuri, Fu Xi Shi îşi administra ţara în conformitate cu planul calului dragon. Da Yu din dinastia Xia (21 —16 î.Hr.) a îmblânzit apele referindu-se la imaginea broaştei ţestoase divine. Aceasta oferă dovezi că „*He a dat harta, iar Luo scrisul*" în *Marele Tratat despre Yi*. „He" se referă la râul Galben şi „Luo" se referă la râul Luo. Se transmite că cele opt trigrame provin de la Fu Xi Shi, aşa cum spun generaţiile ulterioare: în timpul lui Fu Xi, un cal dragon a ieşit din râul Galben, avea pe spate linii şi dungi din care Fu Xi a extras cele opt trigrame ale sale; pe vremea lui Xia Yu, o broască ţestoasă divină a ieşit din râul Luo, avea scrieri pe spate din care Yu şi-a extras scrierea. Este înregistrat în Shi Zi, al paisprezecelea pasaj citat din *Guang Bo Wu Zhi*, că Yu, în timp ce îmblânzea râul, a observat apa şi a văzut un bărbat cu faţa albă, cu corpul unui peşte, ieşind din apă, spunând „*Eu sunt spiritul râului*" i-a dat apoi Harta lui lui Yu şi s-a întors în apă.

În însemnările "Fără atac" ale lui Mo Zi, Dumnezeu i-a dat ordin regelui Wen, acesta l-a distrus pe Yin Shang şi şi-a întemeiat propria dinastie. Pacea realizându-se, s-a dus la râu şi i s-a dat Harta.

Din ce carte provin de fapt *He Map* şi *Luo Writing*?

În *Marele Tratat despre Yi* se spune: „*He a dat harta, iar Luo scrisul, [ambele] de care au profitat înţelepţii*". Se afirmă clar că cele opt trigrame ale lui Fu Xi provin din *Harta He* şi din *Scrierea Luo*.

Primul document care înregistrează *He Map* şi *Luo Writing* este Gu Ming în *Book of History.* Se spune, „*Da Yu, Yi Yu, Tian Qiu şi Harta He sunt în est*", ceea ce arată că *Harta He* este listată în est, împreună cu Da Yu, Yi Yu şi Tian Qiu (trei tipuri de aplicaţii cereşti). În această carte, *Harta He* este expusă împreună cu Da Yu, Yi Yu şi Tian Qiu în camera sacrificiului estic la moartea regelui Wen din dinastia Zhou. Aşa se spune în *On Gu Ming*: „*Harta He, Opt Trigrame; în vremea lui Fu Xi Shi, un cal dragon a ieşit din râu, iar liniile şi dungile de pe spate au fost folosite pentru a desena cele opt trigrame, şi anume Harta He*". Acelaşi sens este exprimat în *Despre cele cinci elemente din Cartea lui Han: "Fu Xi a devenit rege. Când i s-a dezvăluit Harta He, el a desenat-o. Erau cele opt trigrame; Yu a îmblânzit apa de inundaţie. Cel care şi-a adjudecat Scrierea Luo şi a*

expus-o, a fost Hong Fan”.

Desenele, un element principal din *Cartea schimbărilor*, includ simboluri și imagini. Simbolurile se referă la Opt Trigrame și Hexagrame, care conține *Harta He*, *Scrierea Luo* și *Aranjamentul timpuriu și ulterior.* Simbolurile pot fi urmărite până la vremea lui Yin Zhou. *Harta He, Scrierea Luo* și *Aranjamentul timpuriu* al lui Fu Xi au fost considerate în mod tradițional ca fiind pierdute. De fapt, au fost păstrate de taoiști și expuși lumii de Chen Bo din dinastia Song. Domnul Liu Dajun a făcut multe cercetări în acest domeniu. În 1977, mormântul Ru Yang Hou al dinastiei Han de Vest a fost dezgropat în Shuanggudui din orașul Fuyang, iar scrierea Luo a fost înregistrată pe „*Tai Yi Jiu Gong Zhan Pan*”; în 1973, *Cartea schimbărilor* copiată pe mătase a fost dezgropată din mormântul Han din Mawangdui din Changsha, iar *Aranjamentul timpuriu* al hexagramelor din carte a demonstrat sigur că descrierea desenelor din *Cartea schimbărilor* a existat la începutul dinastiei Han de Vest. Există dovezi suplimentare: numerele derivă din ceea ce se spune în *Marele Tratat despre Yi* „*numerele cerului și pământului se ridică la 55*”, iar *Scrierea Luo* poate fi găsită pentru prima dată în *Qian Zao Du* de Zheng Xuan din dinastia Han. Studiul *He Map the Luo Writing and Ancient Yi Ching in West Han* de Liu Dajun a fost consemnat în prefața lui *Da Yi Tan Wei* de Jin Wenjie. Această dovadă demonstrează că descrierea desenelor provine din *Cartea schimbărilor*, dezvoltată în dinastia Han și a fost făcută cunoscută în dinastiile Song și Yuan. Este o componentă principală a studiului Schimbărilor.

Unii credeau că originea Scrierii Luo are legătură cu o cometă. Doi fizicieni au efectuat un experiment la Universitatea din Texas. Ei lasă hidrogenul să treacă printr-un câmp magnetic și un câmp electric. Gazul care transporta electricitatea a dat mai întâi lumină puternică și căldură (incandescență) urmată de o imagine în formă de ✠.

Cei doi fizicieni au emis ipoteza că o cometă ar putea produce același rezultat ca și în experiment atunci când coada gazului său străbate câmpul magnetic al pământului, emanând lumină de incandescență urmată de o imagine „✠”. Mai mult, „✠” ar fi chiar mai mare decât Luna. Dacă acest lucru ar fi adevărat, acest fenomen fizic al unui corp ceresc, apărând în mod repetat din cele mai vechi timpuri, trebuie să fi lăsat o impresie profundă asupra oamenilor. Acest lucru conferă credință afirmațiilor despre scrierea Luo ca provenind dintr-o observare a cometei.

„✠” a fost simbolul divin pentru creștinii din Evul Mediu. Un totem în China a fost cea mai veche înregistrare a unei comete din lume: *Cartea schimbărilor* a început cu Yin Shang în 661 î.Hr., derivat din *He Map* și *Luo Writing*. Dacă structura scrierii Luo depinde de o cometă „✠”, realizarea și înregistrarea unei comete în China a fost mult mai devreme (Potential Science de Jia Wenyu Jan, 1987) (vezi figurile 11-1 și 11-2)

I. Harta He

Harta He este o diagramă digitală compusă din cercuri și puncte albe și negre (vezi figurile 11-1, 11-3) și dispunerea acestora:

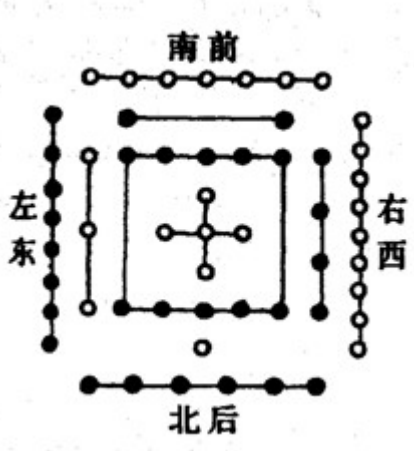


Fig. 11-1. Harta He

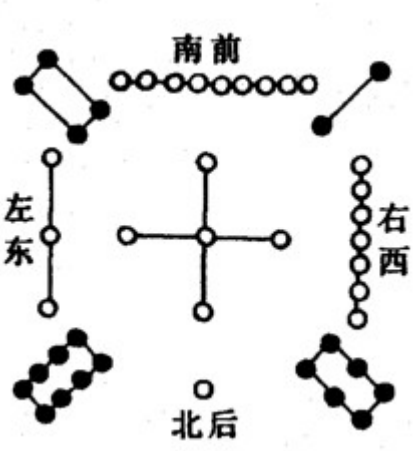


Fig. 11-2. Scrierea Luo

南前 south front 北后 north back 左东 left east 右西 right west

Notă la figurile: 11-1, 11-2

Harta He: "Fu Xi Shi a devenit rege. Un cal - dragon cu un desen pe spate a ieșit din râu. Numerele din desen au fost astfel aranjate: 1 și 6 în partea de jos, 2 și 7 în partea de sus , 3 și 8 în stânga, 4 și 9 în dreapta, 50 în mijloc. Fu Xi Shi a desenat cele opt trigrame bazate pe acest aranjament".

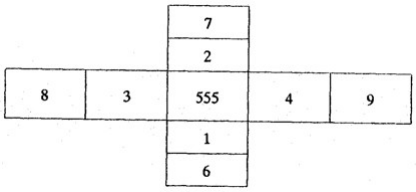


Figura 11-3. Diagrama digitală a hărții He (1)

II. Scrierea Luo

"Da Yu a îmblânzit râurile. O broască țestoasă divină cu scris pe spate a ieșit din râul Luo. Numerele sale au fost aranjate astfel: 9 în partea de sus și 1 în partea de jos, 3 în stânga și 7 în dreapta, 2 și 4 umerii, 6 și 8 picioarele și 5 la mijloc. Yu a desenat Scrierea Luo bazată pe acest aranjament". (Lei Jing Fu Yi: Yi Yi de Zhang Jingyue)

Atât *Harta He*, cât și Scrierea Luo aplică un sistem zecimal. Numerele utilizate sunt: în Harta He, zece; iar în Scrierea Luo, nouă.

Scrie în *Yi Mu* scris de Wan Nianchun din dinastia Qing: „*Harta He este pătrată în exterior și circulară în interior, în interiorul cercului există un pătrat ... Scrierea Luo este circulară în interior și pătrată în exterior, în interiorul pătratului există un cerc*". Acest lucru constrânge Yang în interiorul lui Yin și Yin în interiorul lui Yang.

Secțiunea 2. Numerele din Harta He și Scrierea Luo și cele Cinci elemente

Numerele din *Harta He* și *Scrierea Luo*, conform *Marelui Tratat despre Yi*, sunt: „*Cerului îi aparține 1; pământului, 2; cerului, 3; pământului, 4; cerului, 5; pământului, 6 ; la cer, 7; la pământ, 8; la cer, 9; la pământ, 10*". Studiile asupra schimbărilor le numesc „*numere de cer și pământ*". Dintre aceste numere, 1-5 sunt numere care simbolizează „generarea", 6-10 sunt numere care simbolizează „formarea". Hong Fan, în *Cartea istoriei*, scrie: „*Cinci elemente: 1, apă; 2, foc; 3, lemn; 4, metal; 5, pământ*". (tabelul 11-1 Figurile 11-4 și 11-5)

Harta He			Scrierea Luo		
2	7	4	4	9	2
3	5	9	3	5	7
8	1	6	8	1	6

Tabelul 11-1. Tabel digital al Hărții He și a Scrierii Luo

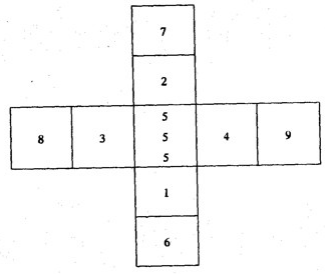


Figura 11-4. Diagrama digitală a Hărții He (2)

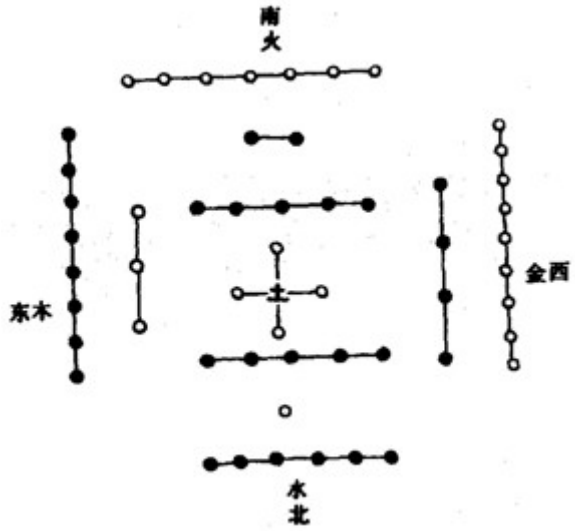


Figura 11-5. Harta He și cele Cinci elemente

南火 south fire 北水 north water
金西 west metal 东木 east wood 中土 middle earth

Notă la figura 11.5

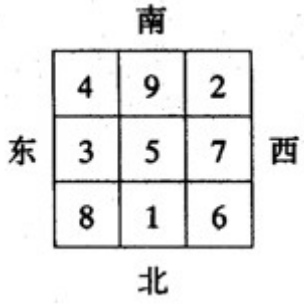
Generarea și formarea numerelor din Harta He și Scrierea Luo simbolizează cele Cinci Elemente, adică Yin și Yang se transformă în cinci elemente din care derivă totul. Hong Fan, în *Cartea Istoriei*, scrie „*Cinci elemente: 1, apă; 2, foc; 3, lemn; 4, metal; 5, pământ*". Apa este 1, reprezentând Yin, care este baza Yang, deci numerele generatoare încep cu 5; focul este 2 stabil pentru Yang fără de care Yin nu se poate converti; apa Yin și focul Yang, Yin și Yang se transformă în Qi prin care se produce totul. Lemnul generează pe bază de apă și foc, deci lemnul este 3; fără lemn nu există metal, deci metalul este 4; pământul este mama a tot, „*pământul este ceea ce produce totul*". Pământul este începutul generării de numere, care rezultă din 5 atât ca număr generator, cât și ca număr format. Atât în Harta He, cât și în Scrierea Luo, pământul este situat la mijloc ca mamă a tuturor, numai prin adăugarea a 5 se pot forma celelalte numere care formează. Se spune în *Lei Jing Tu Yi*: „*cerul 1 produce apă, pământul 6 îi dă formă; pământul 2 produce foc, cerul 7 îi dă formă; cerul 3 produce lemn, pământul 8 îi dă formă; pământul 4 produce metal, cerul 9 îi dă formă; cerul 5 produce pământ, cerul 10 îi dă formă*". Zhang Jingyue spune: „*Apa este baza a tot, deci este 1. Totul trebuie împărțit în Yin și Yang. Întrucât cerul 1 este apă aparținând Yang, trebuie să existe pământ 2 aparținând lui Yin, deci este urmat de foc 2. Când Yin și Yang se combină, trebuie produs ceva, deci apa produce lemn și este urmată de lemn 3. Ceva produs duce la ceva ucis, uscăciunea produce metal. Deci este urmat de metal 4. Și pământul este produs de cerul 5, căruia i se dă formă de pământ 10 ...* ".

Numerele aparținând lui Yang în Harta He încep cu 1 și se termină cu 9, numerele aparținând lui Yin încep cu 2 și se termină cu 8. Acest aranjament este același cu cel din *San Bu Jiu Hou Lun* în *Întrebări simple*: "*cerul și pământul începe cu 1 și se termină cu 9* ", ceea ce este tipic numerelor antice chinezești.

Sistemele digitale ale lui He Map și Luo Writing sunt intercorelate prin faptul că numerele din He Map se ridică la 55 și în Luo Writing la45, cele două numere însumând o sută. Cu 5 în mijloc, He și Luo intenționează să controleze parul prin cote, Yin de Yang. Există pătrate în interiorul cercurilor și cercuri în interiorul pătratelor, există echivalențe și cote de conformitate. Astfel, „Harta He este conformă cu cinci direcții cu cerul și pământul, numite numere generative; Scrierea Luo este conformă cu cinci elemente de Yin și Yang, numite numere formatoare". Liu Xin spune: „*Harta He și Scrierea Luo formează o parte întrețesută, în timp ce Opt Trigrame și Nouă Reglementări sunt o parte integrantă*".

Secțiunea 3. Relația dintre timp și spațiu între harta He, scrierea Luo și sistemul Soarelui, Lunii și Pământului

Aranjamentul numerelor din harta He și scrierea Luo corespunde ciclului mișcării Soarelui atât în timp cât și în spațiu, care reflectă legea creșterii și descreșterii Yin Qi și Yang Qi în cele patru anotimpuri ale unui an (vezi tabelul 11-2 și 11-3).

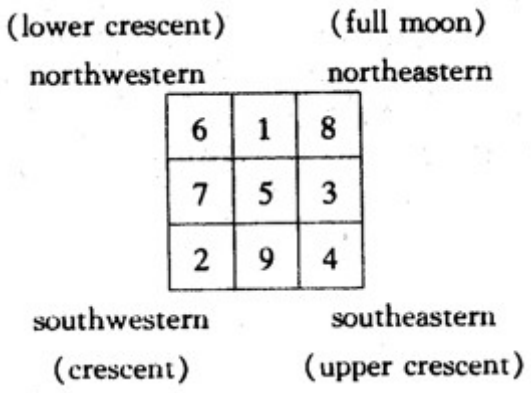


Tabelul 11-2. Direcțiile în scrierea Luo

东 east 南 south 西 west 北 north

Notă la tabelul 11-2

Luăm scrierea Luo unde de exemplu, numărul „1”, poziționat chiar în dreapta, este Yinul extrem într-un an, Solstițiul de iarnă; numărul „9”, situat chiar la sud, este extremul Yang într-un an, Solstițiul de vară; de la 1 la 9, Yin scade de la rece la maximul Yang, căldură; de la 9 la 1, Yang scade din căldură și crește Yin, rece. În timp ce estul de la 3 experimentează echinocțiul de primăvară, care este cald, vestul la 7, echinocțiul de toamnă, care este răcoros. Numerele din He Map și Luo Writing reprezintă spațiu și timp. În plus, ele simbolizează gradul de căldură din cele patru anotimpuri și dacă lumina este puternică sau slabă. „1” reprezintă cel mai mic grad de căldură și cea mai slabă lumină; „9” reprezintă cel mai înalt grad de căldură și cea mai puternică lumină. Estul 3 reprezintă lumina mai slabă la răsărit; vestul 7 lumina slăbită la apus. Prin urmare, este adevărat că numerele pot reprezenta luminozitatea și gradul de căldură.



Tabelul 11-3. Relația celor patru colțuri în Scrierea Lao și creșterea și descreșterea Lunii

Baza este oferită pentru TCM în studiul direcțional al stării organelor interne. Scrierea Luo pune bazele acestui subiect. Pentru a spune clar: chiar nordul este Kan, apa, care este rece produsă în nord, iar frigul se conectează cu rinichii, astfel rinichii sunt poziționați în nord; chiar sudul este Li, focul, care este căldura produsă în sud, iar căldura se conectează cu inima, astfel inima este poziționată în sud; chiar estul este Zhen, vântul sau tunetul, care este cald produs în est, iar vântul se conectează cu ficatul, astfel ficatul este poziționat în est; vestul este Dui, apa, care este rece sau uscăciunea produsă în vest, iar uscăciunea se conectează cu plămânii, astfel plămânii sunt

poziționați în vest; mijlocul este Kun, pământ, care este umed conectându-se cu splina, astfel splina este poziționată în mijloc.

Tabelul 11-3 prezintă numerele din cele patru colțuri legate de creșterea și descreșterea lunii. Numărul "*2 la colțul sud-vestic înseamnă semilună (lună nouă)*"; 4 "*la colțul sud-vestic reprezintă semiluna superioară*"; 8 "*la colțul nord-estic reprezintă luna plină*"; 6 "*la colțul nord-vestic reprezintă semiluna inferioară*".

Aranjamentul digital al hărții He și scrierii Luo prezintă ciclismul Soarelui, Lunii și pământului, schimbarea anotimpurilor, creșterea și descreșterea Yin și Yang, transformarea căldurii și a frigului. Este valoros pentru studiul stării organelor interne.

(Tradus de Zhang Qin)

Capitolul 12.

Cartea schimbărilor și știința vieții umane

Secțiunea 1. Un studiu al dezvoltării științei vieții umane

Știința vieții umane poate fi privită ca una dintre cele mai implicate ramuri ale științei. Multe mistere despre asta trebuie rezolvate. Oamenii de știință au lucrat la asta de generații, fiecare încă nu poate dezvălui toate secretele corpului uman. Doar știința naturii care intră într-un domeniu nou va trăi un progres marcant.

Dezvoltarea științei vieții umane este destul de lentă. În secolul al XV-lea, Harvey a descoperit circulația sângelui, ceea ce a dat *fiziologia* ca ramură a științei. Secolul al XVIII-lea a fost o perioadă de dezvoltare pentru biologie, timp în care s-au făcut trei mari dezbateri: celebra teorie a evoluției lui Darwin, care a fost acceptată în 1859. În lucrarea sa *Originea speciilor*, a rezolvat misterul originii umane și, pentru prima dată, a ridicat biologia la nivelul înalt al științei pure; după descoperirea microorganismelor din corp, chimistul francez Pasteur a inițiat teoria originii vieții; botanistul german Schleiden și zoologul Schwann au dezvăluit secretul originii viețuitoarelor descoperind existența celulelor. Pe 17 septembrie 1965, oamenii de știință chinezi au sintetizat cu succes insulina, ceea ce a stabilit o nouă etapă pentru științele vieții. În ianuarie 1984, în laboratoarele Universității din California din Los Angeles, nașterea unui bebeluș în eprubetă a provocat „selecția naturală". Privind spre viitorul apropiat, științele naturii vor începe probabil un atac asupra științei vieții umane.

În mod surprinzător, *Cartea schimbărilor*, scrisă cu mii de ani în urmă, se dovedește a fi cheia studiului științei vieții umane. Principiile celor opt trigrame, Grand Terminus (Taiji), He și Luo conțin secretele științei vieții. Credem că studiul științei potențiale a *Cărții schimbărilor* va promova în mare măsură dezvoltarea științei vieții umane.

Noua evaluare pentru Yin:

De obicei, oamenii îi acordă multă atenție lui Yang și consideră că Yin este legat de boală. De fapt, Yin are aceeași importanță pentru corpul uman.

Cartea schimbărilor nu numai că subliniază pe Yang, dar subliniază și poziția importantă a lui Yin. Dintre cele opt trigrame, patru aparțin lui Yin. Acestea sunt: Kun, Kan, Dui și Gen. Kun este descris ca „*prin amploarea sa, susține și conține toate lucrurile - toate lucrurile își datorează nașterea și diferitele lucruri își obțin dezvoltarea deplină*"; Kan, "*arată natura apei. Curge mai departe, fără a-și acumula volumul*"; Dui, „*liniile puternice din centru, cele slabe pe marginea exterioară, indicând faptul că în plăcere ceea ce este cel mai avantajos este menținerea corectitudinii ferme*"; Gen, „*simbolul unui munte, unul peste altul, formează Gen*". Celelalte patru trigrame aparțin lui Yang. Sunt Qian, Li, Zhen și Xun. Qian este descris ca „*fiind vasta putere, mare și originară indicată de Qian! Toate lucrurile îi datorează începutul - conține tot sensul*

cerului - Qian sugerează cerurile”; Li "*înseamnă ființă atacată - marele om, în conformitate cu aceasta, își cultivă virtutea sa strălucitoare și îi răspândește strălucirea în patru sferturi ale pământului*; Zhen, "s*imbolizează tunetul ... dă impresia de ușurință și dezvoltare. Când vine mișcarea, subiectul său va fi găsit cu atenție. - senzația de frică duce la fericire*"; Xun, "*sugerează vântul - vor fi puține realizări și progrese*". Aceste descrieri arată că printre cele opt trigrame, jumătate aparțin lui Yang, sugerând căldură și natura activă; cealaltă jumătate aparține lui Yin, ceea ce indică depozitarea umidității. Atât Yin cât și Yang sunt factori indispensabili activităților vieții.

În natură, Yin se află în mare parte în mare, munți înalți și păduri adânci. Se mai numește ion negativ, din care ființele umane pot absorbi energia Yin. *Canonul de medicină al împăratului* spune că cei care moștenesc mai multă energie Yin din natură pot conduce mai mult timp. De aceea, maeștrii Qigong nu numai că absorb energia Yang din cer, ci și absorb energia Yin din pământ. Cultivatorii antici ai vieții care tind să meargă cu simțul gol, sunt numiți „zâne cu piciorul gol”. Ei își umplu punctul de acupunctură Baihui cu energie cerească, iar punctul de acupunctură Yongquan cu energie de la sol. Acesta este din același motiv.

În ceea ce privește activitățile vieții umane, conservarea Yin-ului și reducerea consumului acestuia sunt cheia longevității. Acest lucru se datorează faptului că Yang provine din Yin, așa cum este descris în *Întrebări simple*: *Yin Yang Ying Xiang Da Lun*. „*Esența se transformă în energie*”, „*esența hrănește energia*”, „*Focul stenic consumă energie*”, „*în timp ce mai puțin foc ridică energie*”, ceea ce înseamnă că conservarea Yin este modalitatea de bază de a menține Yang. În timpul vieții, energia Yin este ușor irosită. Zhang Jingyue (un renumit medic chinez circa 1563-1640) subliniază: „*Yin este sursa Yang*”. Un alt medic faimos al TCM, Wang Bing, (dinastia Tang) spune: „*Yang poate fi reținut prin hrănirea Yin*”. Un specialist în știința bolii febrile sezoniere, Wu Jutong, (1758-1836) spune: „*unde există un picătură de lichid Yin, există un element al vieții* ”. Aceste citate sugerează importanța lui Yin.

Yin conține esență, sânge și lichid, cu care Yang crește. Deci, protecția lui Yin este la fel de importantă ca protecția lui Yang. De aceea acei cultivatori antici de viață „*prețuiau esența, pentru a hrăni creierul*”, „*înghițeau saliva*” pentru a-l păstra pe Yin. Din nou, de ce majoritatea femeilor trăiesc mai mult decât bărbații este că femeile conțin mai multă energie Yin, pierderea lor de energie Yin fiind relativ mai mică. Viteza de divizare a celulelor în corpul lor este mai lentă; întrucât bărbații sunt invers, ceasurile lor rulează mai repede, ca urmare, nu pot trăi atât de mult ca femeile. Qigong (Exercițiul de respirație liniștită) este un mod eficient de a păstra Yin. Din punctul de vedere al bionicii, broaștele țestoase și șerpii trăiesc mai mult decât tigrii și leoparzii, deoarece primii stochează mai multă energie Yin în corpul lor.

Prosperitatea fiziologică a lui Yin și supraabundența patologică a lui Yin sunt diferite în natură. Deci, oamenii ar trebui să fie pe deplin conștienți de importanța protejării Yin fiziologic. Pentru mulți taoiști și budiști, modul de a te menține sănătos este prin a trăi liniștit - majoritatea duc o viață lungă, în principal pentru că știu cum să-și protejeze energia Yin.

Secțiunea 2. Cele opt trigrame și știința vieții umane

În mod surprinzător, găsim că atât macrocosmosul, cât și microcosmosul respectă principiile combinației celor opt trigrame. În macrocosmos, avem combinația planetelor din sistemul solar; în microcosmos, vedem structura atomică a celulelor. Atât dispunerea planetelor, cât și structura atomică a celulelor prezintă legea structurală a celor opt trigrame.

Un student chinez pe nume Liu Zihua, care a plecat în străinătate pentru a studia în Franța în anii 1930, a găsit legea celor opt trigrame din structura cosmosului și a elaborat astfel viteza și orbita celei de-a zecea planete a sistemului solar. Astăzi, unii cercetători susțin că harta celor opt trigrame ale lui Fu Xi este similară cu reacția în lanț a nucleului atomic. Inspirați de cele opt trigrame, unii cărturari, cu un nou tabel de elemente chimice, au descoperit în același timp că în stratul exterior erau opt electroni. Unii oameni de știință au observat că harta celor șaizeci și patru de hexagrame coincide cu aranjarea codurilor ereditare de inginerie biologică, ADN și ARN.
De ce sunt cele opt trigrame atât de miraculoase? Nu a fost încă descoperit. Cele opt trigrame prezintă diferite combinații ale celor patru orientări și patru colțuri, reflectă relațiile dintre mii de

lucruri diferite și prezintă unitatea „celor patru forțe” din univers. Yang Yongzhong avansează ideea că misterul celor opt trigrame constă în unitatea gravitației, electromagnetismului, forței puternice și forței slabe. Forța puternică și forța slabă sunt două puteri de bază în nucleul atomic. El crede, de asemenea, că cele șaizeci și patru de hexagrame și 384 de Yao reflectă diferitele tipuri de structuri atomice. Existența a opt electroni în stratul cel mai exterior al tabelului periodic al elementelor este considerată drept criteriul multiplicării diferitelor tipuri de structură atomică. Principiul de combinare din fiecare două în perechi a celor opt trigrame poate dezvălui legea combinării și transmiterii a pentru diferite tipuri de structuri atomice (Yang Yongzhong, *Principiul combinării celor opt trigrame și Unitatea celor patru forțe*).

Legea combinării și dezvoltării celor opt trigrame există universal în structura substanțelor din întregul cosmos. Corpul uman este o super-structură a celor opt trigrame: capul este considerat Li, picioarele Zhen; Xun, Kun, Qian și Gen stau fiecare în unul din cele patru colțuri, simbolizând un organ intern. Așa cum este descris în *Yi, Tratat de remarci asupra trigramelor*, „Qian reprezintă capul, Kun pentru abdomen, Zhen pentru picioare, Xun pentru coapse, Kan pentru urechi, Li pentru ochi, Gen pentru mâini și Dui pentru gură. " (Vezi Figura 12-1).

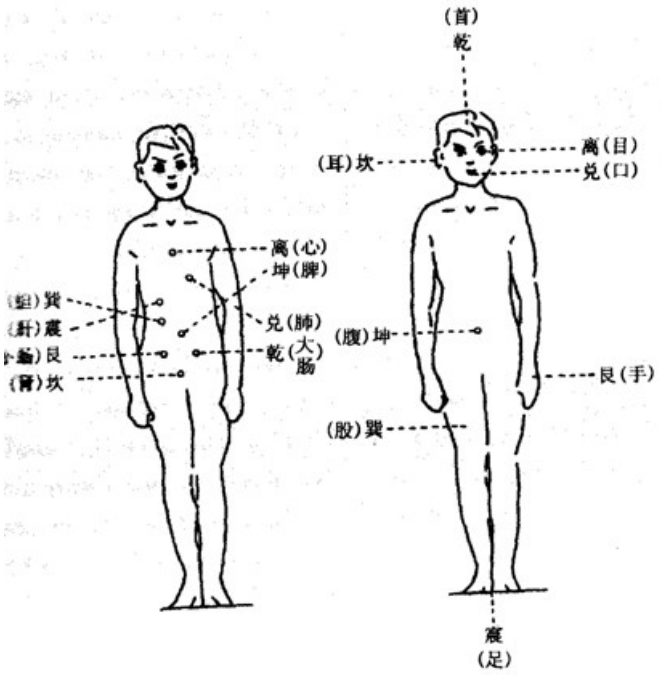


Figura 12-1. Cele opt trigrame și corpul uman

The left part:
(胆)巽(gallbladder) Xun (心)离(heart) Li (肝)震(liver) Zhen
(脾)坤(spleen) Kun (小肠)艮(small intestine) Gen (肺)兑(lung) Dui
(肾)坎(kidney) Kan (大肠)乾(large intestine) Qian

the right part:
(耳)坎(ear) Kan (首)乾(head) Qian (腹)坤(abdomen) Kun
(目)离(eyes) Li (股)巽(thighs) Xun (口)兑(mouth) Dui
(足)震(feet) Zhen (手)艮(hands) Gen

Note la fig. 12-1

1. Energia celor opt trigrame și energia organelor solide ale corpului uman

Trigrama lui **Li** sugerează focul. Simbolizează puterea originală a vieții și se potrivește cu inima, care este organul solid al focului și poarta vieții corpului uman. „*Poarta vieții este de unde provine Qi-ul original*”; Trigrama lui **Zhen** sugerează tunetul, care indică mișcarea. „*Tunetul*

implică o forță în creștere". Este un important element stimulator al activităților de viață. Zhen corespunde cu ficatul și vezica biliară, acesta din urmă fiind responsabil pentru creșterea Qi (energie). Deci, se spune, „*cele unsprezece organe solide depind toate de vezica biliară*"; **Xun** sugerează vântul, care se ocupă de eliberare. Eliberarea este indispensabilă activităților vieții. În ceea ce privește organele umane, ficatul corespunde cu acesta; **Dui** înseamnă fericire. Se potrivește cu plămânul, care este responsabil cu coordonarea activităților viscerale; **Gen** sugerează muntele, ceea ce indică faptul că viața are nevoie de o liniște relativă pentru a menține echilibrul. Este în conformitate cu splina. "*Splina posedă natura pământului , și controlează locurile centrale*"; Trigrama lui **Kan** denotă apă, care are funcția de a umezi lucrurile. Corpul uman are nevoie de umiditate. Kan se potrivește cu rinichii. "*Rinichii controlează metabolismul apei și stochează esența*"; **Kun** sugerează pământul, corpul uman are nevoie de conservarea necesară. Kun se potrivește cu splina, stomacul, intestinul subțire și intestinul gros. "*Splina, stomacul, intestinul subțire, intestinul gros, trei cavități viscerale și vezica urinară sunt toate organele interne de bază la fel de indispensabile ca alimentele și adăpost pentru activitățile umane*"; **Qian** sugerează puterea supremă, care este responsabilă pentru activitățile vieții umane. Aceasta corespunde cu creierul.

Din aceasta, putem vedea clar modul în care principiul celor opt trigrame se adaptează la aproape totul din cosmos, cu siguranță inclusiv activitățile de viață ale corpului uman. De asemenea, ilustrează faptul că energia celor opt trigrame este mișcarea substanțelor. Este simbolul legii mișcării lumii naturale.

2. Holografia celor opt trigrame din corpul uman

Holografia biologică este o teorie prezentată în 1980 de Zhang Jingqing, un erudit chinez (*Legea olografică a lucrurilor vii: știința potențială*, februarie 1980). În ceea ce privește holografia biologică, ne referim la faptul că fiecare subsecțiune mică a unei creaturi vii conține întregul complet. Cu alte cuvinte, fiecare parte organică mică este miniatura întregului. În 1982, un alt cărturar chinez, Ye Zhaoxin, a venit cu teoria „holografiei naturale", cu credința că există legea holografică în univers de la mcrocosmos la microcosmos. Harta *Taiji* și dispunerea celor opt trigrame din *Cartea schimbărilor* sunt ambele epitopuri holografice ale universului. Cele opt trigrame pot fi considerate ca o unitate holistică a universului, în timp ce cele șaizeci și patru de hexagrame arată imaginea holistică a lumii naturale, a societății și a ființelor umane. Acesta este, conceptul holistic al celor șaizeci și patru de hexagrame care include filozofia, științele naturii și științele sociale. Fiecare din seria celor opt trigrame, bogate dotate, este o mică imagine holistică a universului, în timp ce cele șaizeci și patru de hexagrame prezintă una mare. În ceea ce privește corpul uman, întregul corp este de fapt o imagine holistică largă a celor opt trigrame și fiecare subsecțiune este una mică, ca în cazul feței, mâinii, piciorului, ochiului, urechii și abdomenului. (Vezi Figura 12-2, 12-3, 12-4, 12-5, 12-6, 12-7, 12-8, 12-9, 12-10, 12-11, 12-12.)

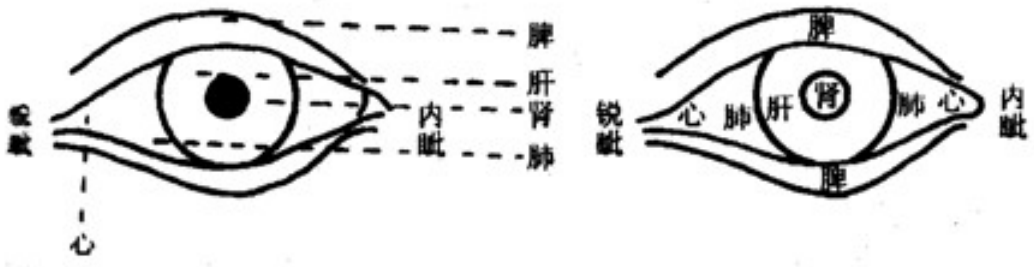


Figura 12-2. Imaginea holografică a ochiului uman

锐眦 sharp canthus 心 heart 脾 spleen 肝 liver
内眦 inner canthus 肾 kidney 肺 lung

Notă la figura 12-2

Figura 12-3. Imaginea holografică a celor opt trigrame ale ochiului uman (1)

水 water 山 mountain 泽 swamp 火 fire
天 heaven 雷 thunder 地 earth 风 wind 坎 Kan 艮 Gen
震 Zhen 乾 Qian 兑 Dui 坤 Kun 离 Li 巽 Xun

Notă la figura 12-3

Figura 12-4. Imaginea holografică a celor opt trigrame ale ochiului uman (2)

坎 Kan 乾 Qian 艮 Gen 兑 Dui
肾 kidney 肺 lung 胃 stomach 肠 intestine
震 Zhen 坤 Kun 巽 Xun 离 Li
肝 liver 脾 spleen 胆 gallbladder 心 heart

Notă la fig. 12-4

Figura 12-5. Imaginea holografică a celor opt trigrame ale urechii umane

乾 Qian 艮 Gen 兑 Dui 巽 Xun 卵巢 ovary
坎 Kan 震 Zhen 坤 Kun 离 Li 子宫 uterus
外生殖器 external genital organs 膀胱 bladder
肾 kidney 胆 gallbladder 肛门 anus 大肠 large intestine
食道 esophagus 胃 stomach 肝 liver 肺 lung 脾 spleen
心 heart 气管 trachea 脑 brain 眼 eye

Notă la figura 12-5

Figura 12-6.
Imaginea holografică a celor opt trigrame ale mâinii

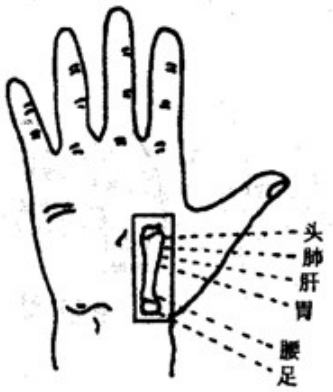


Figura 12-7.
Imaginea holografică a celui de-al doilea os metacarpian

眼 eye 气管 trachea 心 heart
脾 spleen 耳 ear 肺 lung 肝 liver
肾 kidney 生殖器 genital organs
离 Li 艮 Gen 坤 Kun 坎 Kan
乾 Qian 兑 Dui 震 Zhen 巽 Xun

Notă la figura 12-6

头 head 肝 liver 腰 waist
肺 lung 胃 stomach 足 foot

Notă la figura 12-7

Figura 12-8. Imaginea holografică a piciorului uman

肾 kidney 脾 spleen 心 heart 肝 liver 肺 lung 脑 brain 离 Li
巽 Xun 坤 Kun 震 Zhen 艮 Gen 坎 Kan 乾 Qian 兑 Dui

Notă la figura 12-8

Figura 12-9. Tablou holografic al abdomenului uman

心包 pericardium 胆 gallbladder 脾 spleen 心 heart 胃 stomach 肝 liver
小肠 small intestine 三焦 triple energizer meridian
大肠 large intestine 肾 kidney 膀胱 bladder

Notă la figura 12-9

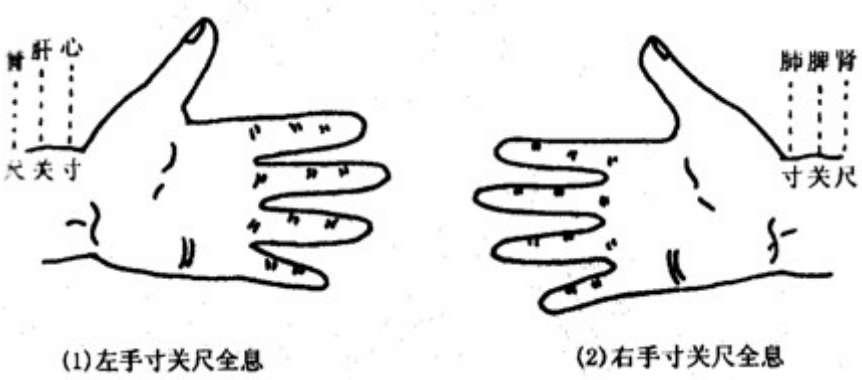


Figura 12-10. Imaginea holografică a stării pulsului

(1) holographic picture of Cun, Guan and Chi on left hand
肾 kidney 肝 liver 心 heart 尺 Chi 关 Guan 寸 Cun
(2) holographic picture of Cun, Guan and Chi of right hand
肺 lung 脾 spleen 肾 kidney 寸 Cun 关 Guan 尺 Chi

Notă la figura 12-10

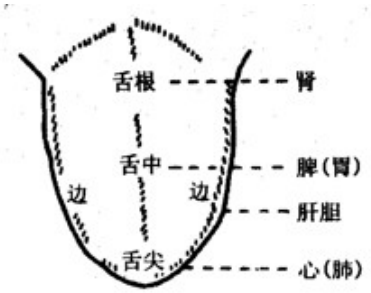


Figura 12-11. Tablou holografic al limbii umane

舌跟 base of tongue　舌中 middle of tongue　舌尖 tip of tongue　边 side　肾 kidney
脾(胃) spleen (stomach)　心(肺) heart (lung)　肝(胆) liver (gallbladder)

Notă la figura 12-11

Figura 12-12. Tablou holografic al corpului uman

1) 头 head　2) 肺 lung　3) 肝 liver　4) 胃 somach　5) 腰 waist　6) 足 foot
7) 头 head　8) 肺 lung　9) 肝 liver　10) 胃 stomach　11) 腰 waist　12) 肺 lung
13) 腰 waist　14) 头 head　15) 肝 liver　16) 足 foot　17) 肺 lung　18) 腰 waist
19) 足 foot　20) 胃 stomach　21) 肝 liver　22) 头 head　23) 腰 waist
24) 胃 stomach　25) 肺 lung　26) 足 foot　27) 胃 stomach　28) 肝 liver
29) 头 head　30) 足 foot　31) 头 head　32) 肺 lung　33) 肝 liver　34) 胃 stomach
35) 腰 waist　36) 足 foot　37) 头 head　38) 肺 lung　39) 肝 liver　40) 胃 stomach
41) 腰 waist　42) 足 foot

Notă la figura 12-12

Legea structurală a celor opt trigrame există în fiecare parte a corpului uman sub formă de holografie. Este de o mare semnificație, astfel încât diagnosticul și tratamentul, precum și acupunctura în domeniul TCM, așa cum se arată în figura 12-13.

Figura 12-13. Mod antic de masaj chinezesc prin mișcarea circulară a celor opt trigrame

震 Zhen 离 Li 兑 Dui 坎 Kan 巽 Xun 坤 Kun 乾 Qian 艮 Gen

Notă la figura 12-13

TCM exprimă un conținut holografic bogat. Legea holistică există în canale, organele interne și cele cinci elemente. O înregistrare a imaginii holografice a feței poate fi găsită în *Canonul de medicină al împăratului*. De exemplu, o secțiune numită *Pivot spiritual*: *Cinci culori spune*: „*Nasul cu punte înaltă, drept și uniform, locurile corespunzătoare celor cinci organe solide sunt aranjate în ordine pe fața centrală, în timp ce cea a celor șase organe goale se află pe două părți ale acestora*". Fruntea reprezintă capul și fața. Locul de deasupra spațiului dintre sprâncene, **Queshang**, reprezintă gâtul; spațiul dintre cele două sprâncene, Quezhong, reprezintă plămânii; locul dintre cei doi ochi, Xiaji, sunt pentru inimă; poziția sub **Xiaji** este pentru ficat; partea stângă a ficatului este vezica biliară; partea de sub ficat este splina; locurile centrale dintre nările nasului și obrajii (pe pomeți) reprezintă intestinul gros; pe ambele părți ale intestinului gros sunt locuri pentru rinichi; sub rinichi se află ombilicul; locurile de deasupra **Mianwang** (între nas și pomeți) reprezintă intestinul subțire; partea de sub Mianwang , care se numește *philtrum*, reprezintă vezica și uterul.

Auriculoterapia, terapia mâinilor și terapia piciorului se bazează pe holografie. Diagnosticul holografic a devenit o caracteristică importantă a medicilor de TCM. Desigur, acest lucru este indivizibil de principiul holografiei celor opt trigrame.

3. Șaizeci și patru de hexagrame și știința vieții umane

Hexagramele simbolizează legea vieții umane, de la Kun la Tai până la Qian și până la Pi, apoi înapoi la Kun, care arată procesul unei persoane de la viață până la moarte. Kun indică perioada înfloritoare a lui Yin, începutul vieții; Tai arată echilibrul dintre Yin și Yang și sugerează că viața devine prosperă; Qian se referă la cea mai viguroasă perioadă a Yang, care este vârful vieții; Pi indică reducerea Yang și arată că viața începe să scadă și să cadă, în cele din urmă să se sfârșească.

Deci, primele treizeci și două de trigrame simbolizează prima jumătate a vieții cuiva, restul de treizeci și două semnifică a doua jumătate. După cum spune Zhang Jingyue, „*Yang apare la miezul nopții și este prosper la prânz, așa că Trigrama Fu este numită Tian Gen (începutul unei zile). De la Trigrama Fu la Trigrama Qian se acoperă 32 de trigrame și înseamnă prima jumătate din viața cuiva; Yin apare la prânz și este prosper la miezul nopții, prin urmare, Trigrama Gou este denumită Yue Ku (casa lunii), jumătate din viața cuiva. Prima jumătate începe cu Trigrama Fu cu un singur Yang, apoi prin adăugare ajunge treptat la Trigrama lui Qian, Yang își transformă extremitatea. Acest proces este ca o persoană de la naștere până la vârsta mijlocie. A doua jumătate începe cu Trigrama Gou cu un singur Yin, prin scăderea treptată la Trigrama Kun, Yang se pierde complet.*

Acest proces este ca o persoană de la vârsta mijlocie până la moarte. Pe verticală, dacă se referă la semnele liniare inferioare ale hexagramei, putem vedea finisajele Qian la pictogramă, Kun se termină la miezul nopții. Când solstițiul de vară sau solstițiul de iarnă se înalță, Yang stă în mijlocul cerului și al pământului. Judecată după dreapta și stânga, comenzile din stânga se ridică, comenzile din dreapta scad. Creșterea rezultatelor lui Yang se află în primăvară și vară, scăderea corespunde creșterii cuiva. Căderea rezultă din Yin, din nord-vest, este responsabil pentru colectarea și depozitarea toamnei și iernii și înseamnă că starea fizică a unei persoane este în scădere".

Acest lucru sugerează perspectivele mari ale celor opt trigrame pentru studiile asupra vieții umane.

Secțiunea 3. Taiji și știința vieții umane

În chineza veche, termenul „Taiji" este înzestrat cu sensul de „mare și extrem". Nu este doar epitomul macrocosmosului, ci și tabloul holografic al microcosmosului. *Taiji* conține legea mișcării Yin și Yang a întregului cosmos. Cerul și pământul compun un univers mare, corpul uman este un

univers mic. Analizând structura corpului uman, descoperim surprinzător că atât *Taiji*-ul mare, cât și *Taiji*-ul mic sunt conținute în el. Corpul uman poate fi privit ca o mare hartă *Taiji*, o unitate a lui Yin și Yang. De exemplu, *Marele Tratat despre Yi* spune: "*Yin și Yang se unesc în funcție de calitățile lor, cu întruchiparea rezultată a puternicului și a slabului*".

TCM susține că Yin și Yang provin din aceleași resurse, poarta vieții este locul originalului Yin și Yang, rădăcina apei și a focului. Cu alte cuvinte, Yin și Yang ale organelor solide din corpul uman provin din originalul Yin și Yang al porții vieții. Holografia *Taiji* există în corpul uman.

Luând o vedere din studiul originii vieții umane, putem vedea că cea mai timpurie structură celulară a embrionului uman este formată prin urmărirea structurii derivate a *Taiji* și a celor opt trigrame. De exemplu, oamenii sănătoși au de obicei patruzeci și șase de cromozomi, dintre care doi sunt cromozomi sexuali. Bărbații furnizează spermatozoizii fie cu cromozomi X, fie cu cromozomi Y. Fiind fertilizat, ovulul care se unește cu un spermatozoid cu cromozomi X va deveni un embrion feminin; dimpotrivă, dacă ovulul se unește cu un spermatozoid cu cromozomul Y va deveni un embrion masculin. Prin urmare, apariția Yin sau Yang, bărbat sau femeie începe de la cromozomii din celula nucleului.

În procesul de derivare a vieții umane, de la ou fertil la zigot, de la zigot la două celule divizate, apoi la perioada a patru celule divizate, opt celule divizate, șaisprezece, treizeci și două și așa mai departe, putem observa coincidența dintre apariția vieții umane și modelul derivat al Taiji și al celor opt trigrame. *Marele tratat despre Yi* spune: „*Taiji produce două forme elementare, cele două forme se dezvoltă apoi în patru simboluri emblematice, care se dezvoltă în continuare în cele opt trigrame*”. (Vezi Figura 12-14)

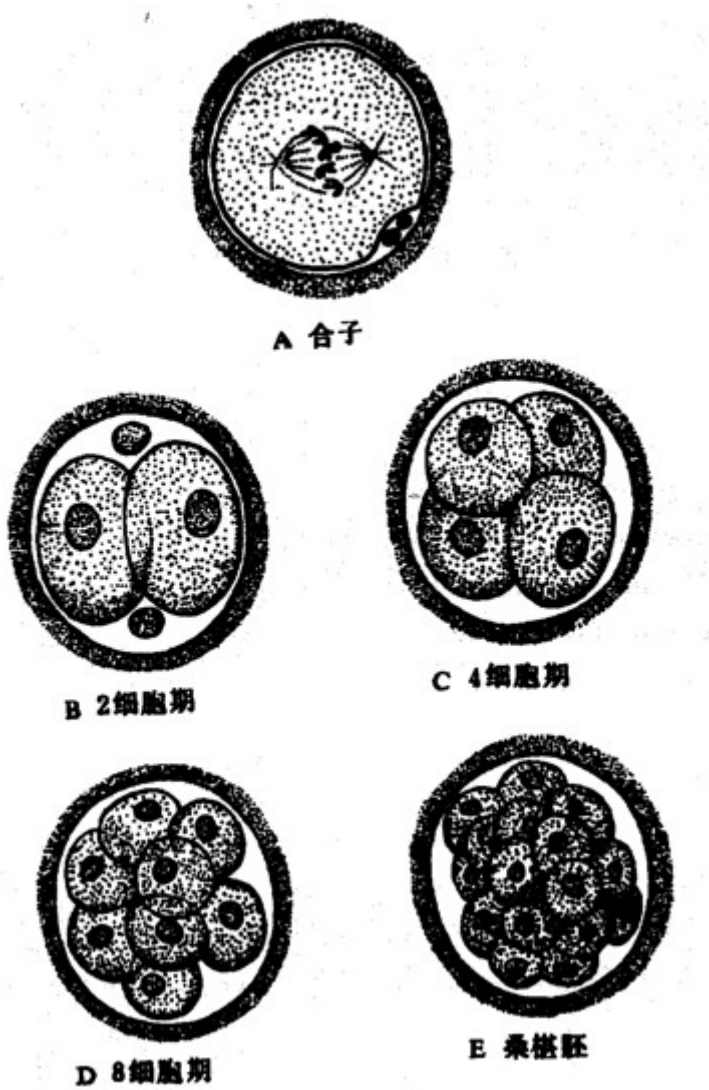
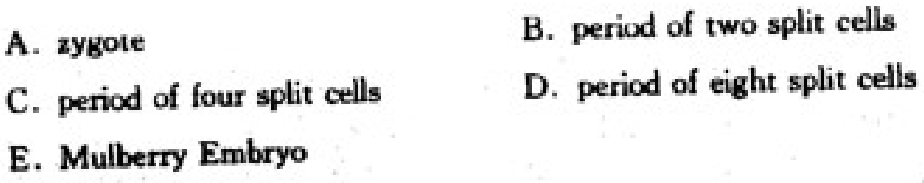


Figura 12-14. Procesul de scindare a oului fertilizat uman



Notă la figura 12-14

Corpul uman este un *Taiji* major, fiecare subsecțiune include un *Taiji* minor. Creierul uman conține *Taiji,* Yin și Yang. Mult timp din istoria Chinei, în timpul Statelor Războinice (475-221B.C.), a fost înregistrat în *Zhuang Zi: Xiao Yao You, The First*, „*În nordul îndepărtat al pustiei, există o mare numită Minghai, în ea este piscina numită Tianchi, peștii locuiesc acolo*". Dar în *ZhuangZi: Nan Hua Zhen Yu: Xiao Yao You*, se explică după cum urmează: „*Minghai se referă aici la creierul uman, peștele se referă la peștele Yin-Yang (forma cuprinzătoare a Yin și Yang), Qiongfa semnifică părul drept în loc de sălbatic*".

În ceea ce privește harta *Taiji* a celor două jumătăți ale creierului uman, afirmația sonică a impulsului electric al creierului prezintă o formă de doi pești îmbrățișați, care arată întruchiparea lui Yin și Yang în harta *Taiji*, cu o pată roșie în fiecare parte. Această descoperire este cu siguranță inestimabilă pentru studiul științei vieții umane. În plus, urechile corpului uman prezintă, de asemenea, combinația dintre întruchiparea lui Yin și Yang. Putem observa și alte cazuri ca acesta ca cei doi lobi ai ficatului, cele două buze ale gurii, doi ochi, mâini și picioare etc. Aceste fenomene indică din nou importanța teoriei *Taiji* pentru cercetarea în științele vieții.

În corpul uman, cu combinația Yin și Yang, observăm că Yin și Yang nu sunt echilibrate de sus în jos. O jumătate este prosperă cu Yin, cealaltă jumătate înflorește cu Yang. Această afirmație poate fi găsită în *Canonul de medicină al împăratului*. De exemplu, *Întrebări simple: Yin Yang Ying Xiang Ou Lun* spune: „*Yin și Yang sunt cele două căi pentru stânga și dreapta*", ceea ce sugerează că Yin și Yang nu sunt echilibrate în corpul uman. Această teorie poate fi dovedită în continuare prin energizarea activități și schimbarea stării de creștere și scădere a organelor interne. De exemplu, în *Întrebări simple: Ci Jin Lun*: se spune: „*Qi (energia vieții) a ficatului trece prin stânga, în timp ce Qi al plămânilor merge de-a lungul părții drepte*". *Întrebări simple: Jin Gut Zhen Yan Lun* spune: "*Spatele îi aparține lui Yin, Yin-ul din Yang este plămânii. Abdomenul aparține lui Yang, Yang-ul din Yin este ficatul*". Prin urmare, împărțind proprietățile Yin și Yang ale organelor interne, ajungem să ne dăm seama că energia Yang a plămânilor este mai puternică în partea dreaptă a corpului uman. Plămânii controlează Qi, ficatul stochează sânge. Qi îi aparține lui Yang, în timp ce sângele îi aparține lui Yin. Qi-ul plămânilor trece prin partea dreaptă, Qi-ul ficatului trece prin partea stângă. Deci, energia Yang din dreapta corpului uman este relativ mai puternică decât în partea stângă.

Mai mult, în *The Classics on Difficulties, a 36-a dificultate*, este avansată o teorie care susține că rinichiul stâng este viața potrivită, care este numită și „sămânța focului" vieții. Faptul că Yang Qi este mai puternic în rinichi conține ideea că Yin și Yang nu sunt în echilibru în corpul uman. Datorită condițiilor diferite ale lui Yin și Yang în cele două jumătăți ale corpului uman, oamenii posedă caractere diferite. Cei care înfloresc cu Yang au de obicei un creier drept mai puternic, cu o mai mare abilitate în gândire și analiză; cei care sunt opuși au un creier stâng mai puternic și, de obicei, sunt buni la muncă delicată și diferențiere. În plus, pulsul mâinii drepte este mai puternic decât cel al stângii, ca urmare, partea dreaptă a corpului uman are o rezistență mai bună la frig, dar este probabil să crească răni sau să prindă alte boli cauzate de temperament furios sau de căldură. Toate acestea arată încă o dată că întregul corp uman este o hartă majoră *Taiji* cu combinația Yin și Yang într-un dezechilibru. Deci, în vindecarea bolilor, trebuie acordată multă atenție nu numai Yin și Yang ale organelor interne, ci și distribuției Yin și Yang atât în partea stângă, cât și în partea dreaptă a corpului. În general, principiul celor opt trigrame și legea *Taiji* ne arată că această *Carte a schimbărilor* a contribuit mult la expunerea misterelor științei vieții umane ca un domeniu nou.

Secțiunea 4. Harta He, Scrierea Luo și Știința vieții umane

Harta He și Scrierea Luo sunt renumite pentru misterele lor care implică figuri. Acestea sunt conținutul principal al *Hărții Yi*. Implicația misterioasă a celor două hărți și codurile cifrate ale figurilor au atras nenumărați cercetători de-a lungul veacurilor. De ani de zile, deși au fost descoperite unele mistere, figurile și aranjamentele lor nu au fost complet decodificate. Relația dintre He Luo și știința vieții umane constă în principal în relația dintre He Luo și organele interne. Studiul locației lui He Luo și a organelor interne, împreună cu nudul figurilor lui He Luo și a organelor interne conține caracteristicile vieții organelor interne.

I. Harta He și cele cinci organe solide

Marele tratat despre Yi spune: „*Cerului îi aparține cifra numărul 1; pământului, 2; cerului, 3; pământului, 4; cerului, 5; pământului, 6; cerului, 7; pământului , 8; cerului, 9; pământului, 10*”, care este originea numerelor care generează și formează numerele celor cinci elemente. Generarea numerelor și formarea numerelor celor cinci elemente au fost înregistrate pentru prima dată în *Shang Shu: Hong Fan*; "Cifra numărul 1, cerul dă autoritatea apei; 2, pământ, până la foc; 3, cer, până la lemn; 4, pământ, până la metal; 5, cerul, până la pământ. Aceste numere de la 1 la 5 sunt numite (simbolul aparițiiei lucrurilor). Numărul 6, pământul dă forma apei; 7, cer, cu foc; 8, pământ, cu lemn; 9, cer, cu metal; 10, pământ, cu solul. Aceste numere de la 6 la 10 se numesc formarea numerelor (care simbolizează formarea lucrurilor). Vezi figura 12-15.

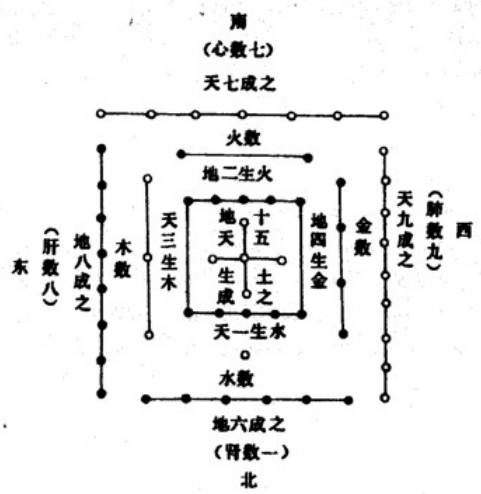


Figura 12-15. Diagrama de orientare a simbolismului și a numerelor organelor interne din Harta He

东 east 南 south 西 west 北 north
肾数一 kidney, number 1 心数七 heart, number 7
肝数八 liver, number 8 肺数九 lung, number 9
天一生水 地六成之 heaven, number 1, generating water
earth, number 6, forming it
地二生火 天七成之 earth, number 2, generating fire
heaven, number 7, forming it
天三生木 地八成之 heaven, number 3, generating wood
earth, number 8, forming it
地四生金 天九成之 earth, number 4, generating metal
heaven, number 9, forming it
天五生土 地十成之 heaven, number 5, generating earth
earth, number 10, forming it
金数 the number of metal 木数 the number of wood
水数 the number of water 火数 the number of fire

Notă la figura 12-15

Numerele generatoare și formare a numerelor celor cinci elemente conținute în Harta He simbolizează apariția și formarea a nenumărate lucruri și sunt strâns legate de caracteristicile fiziologice ale organelor interne ale corpului uman.

1) „Numărul 1, cerul naște apă" și „rinichiul este organul apei".

Apa este numărul cifrei „1" al numerelor generatoare din Harta He. Apa este extrema Yin și este originea vieții și a nenumărate lucruri. Deci apa aparține primului număr al cerului. Rinichii se află în nord, corespunzător cu Trigrama lui Kan. Rinichii nu aparțin Yin pur. Un semn liniar Yang între două semne liniare Yin. Semnul liniar Yang simbolizează focul; Semnul liniar Yin simbolizează apa. Așadar, Yang în rinichi este prea prețios pentru a fi consumat. Funcția rinichilor este de depozitare. *Canonul de medicină al împăratului* spune: „*Când o persoană atinge patruzeci de ani, jumătate din energia sa Yin se pierde de la sine*". Acest lucru arată importanța protejării energiei renale pentru persoanele de vârstă mijlocie.

Rinichii sunt locurile de stocare a energiei. Canalul renal al piciorului - Shao Yin rulează de-a lungul celor două părți ale bazei limbii, transportând energia rinichilor către limbă. Deci saliva de sub limbă este sursa superioară a lichidului renal. Prin urmare, trebuie protejată energia ventilatorului și înghițită saliva pentru a economisi lichidul renal pentru vârsta mijlocie. Yin-ul rinichilor este baza Yin-ului celor cinci organe solide și este legat de echilibrul Yin și Yang al întregului corp. Apa aparține numărului inițial al cerului și este baza a nenumărate lucruri, astfel încât păstrarea energiei renale este primul principiu pentru conservarea vieții. Rinichii se potrivesc cu apa din cifra „1" a cerului, apa dă naștere lemnului, ficatul aparține lemnului, astfel ficatul și rinichii sunt de aceeași obârșie. Conservarea lichidului renal pentru a crește Yinul ficatului este importantă pentru studiul bolilor persoanelor în vârstă. Trigrama lui Kan corespunde cu apa din rinichi, Trigrama lui Li corespunde cu focul din inimă, Kan și Li se întâlnesc cu boli, apa și focul se întâlnesc cu scăderea suferințelor. Această idee este importantă pentru studiul vieții corpului uman. Prin urmare, cultivatorii de viață consideră ideea de a umple Li cu Kan și de a hrăni creierul cu spermă. Ei o consideră o metodă utilă de a-și recupera vigoarea tinerească. Maeștrii Qigong se cultivă legând Kan și Li și dirijând puterea prin concentrarea plătită inimii și rinichilor. Teoria pe care o susțin este că, după ce unul se naște, Trigrama lui Qian se schimbă dintr-o trigramă de Yang ☰ pură într-o trigramă de Li ☲ cu un Yin între două semne liniare ale Yang. Trigrama lui Kun se schimbă dintr-o trigramă de Yin ☷ pură într-o trigramă de Kan ☵ cu un Yang între două semne liniare de Yin. Deci teoria întemeiată de taoiști că umplerea Li cu Kan și copulația Qian și Kun este de a umple Li cu Yang în Kan, astfel încât să restabilească Trigrama Li la Trigrama Qian ☰ și este de a crește puterea rinichilor cu Yin în Li pentru a face ca Trigrama lui Kan să revină la o trigramă de Yin ☷ pur. Astfel, scopul de a-și recupera vigoarea tinerească este atins prin creșterea Yin-ului în rinichi, care se consumă zi de zi. Acest lucru arată, de asemenea, că apa este vitală nu numai în lumea naturală, ci și în lumea biologică și știința vieții umane. Aceasta sugerează că protejarea energiei Yin a rinichilor deține o poziție importantă în studiile vieții umane.

2) „Numărul 2, pământul naște focul" și „inima este organul focului"

Al doilea număr din Harta He este un foc, care se află în colțul sudic și aparține Trigramei lui Li. Focul sugerează Soarele și simbolizează energia Yang. Este forța motrice a apei. Doar cu apă și foc pot fi energizați Yin și Yang, iar nenumărate lucruri pot apărea. Focul înseamnă natura Yang, se leagă de inimă, astfel încât focul din inimă corespunde cu pământul. Astfel, inima și splina sunt strâns legate între ele. *Shang Shu: Hong Fan* spune: „*natura focului este să urce*", ceea ce înseamnă că focul tinde să fie consumat și pierdut. Focul din corpul uman include focul de la poarta vieții, focul din ficat și rinichi, pe lângă cel din inimă. Focul din inimă și de la poarta vieții ar trebui să fie reținut și să evite eliberarea. Inima este însărcinată cu stocarea spiritului. Deci, aproape toți oamenii de știință ai vieții chineze de-a lungul veacurilor au luat mare atenție în colectarea spiritului și în calmarea focului, astfel încât să-l protejeze pe Yang și să-l întărească pe Yin.

Cartea Schimbărilor subliniază: „*Nu este momentul potrivit pentru a face activ dragonul care stătea ascuns în adâncuri*" și „*va fi prilej de pocăință pentru dragonul care depășește limitele*

corespunzătoare". Adică, este adecvat să protejăm Yang-ul în starea sa slabă și să-l reținem pe Yang în starea sa prosperă, care are o mare semnificație pentru studiul științelor vieții. *Canonul de medicină al împăratului* a pus mult accent pe funcția inimii, subliniind „*atunci când inima bate, toate organele interne se mișcă odată cu ea*" (Spiritual Pivot Questioning). „*Cel care își pierde spiritul moare, cel care își separă spiritul trăiește*" (Pivot spiritual: Tian Nian); "*Dacă inima este sănătoasă, toate celelalte organe interne vor fi în stare bună. Ținând cont de această idee, veți trăi o viață lungă"* (Întrebări simple: Ling Lan Mi Dian). În general, inima are o mare influență asupra fiziologiei și patologiei corpului uman.

Cultivatorii chinezi de viață de-a lungul veacurilor au acordat multă atenție păstrării minții și reținerea focului în căldură. De exemplu, „Zuowang" din Confucius, „Xuwu" din Laozi, „Shouyi" și „Yangshen" din Zhuangzi, „Chanding" al budiștilor și „Lianji" din taoism sunt Gong liniștit, care calmează focul lui Li. Rămânerea focului lui Li și protejarea minții și a spiritului sunt foarte semnificative în domeniul studiului vieții corpului uman.

3) „Numărul 3, cerul naște lemnul" și „ficatul este organul vântului"

Lemnul este al treilea număr în He Map. Reprezintă o viață nouă, marchează începutul a nenumărate lucruri și simbolizează începutul vieții. Deci, trigrama Gen este adoptată printre cele Opt Trigrame din *Cartea schimbărilor* pentru a desemna primăvara, situată în est. Zhen aparține tunetului. *Tratatul de remarci asupra trigramelor lui Yi* spune: „*Tunetul servește pentru a pune lucrurile în mișcare*", „*toate lucrurile sunt făcute pentru a fi plasate în Zhen, care este plasat în est, - Zhen sugerează ideea tunetului*". Ficatul uman aparține lemnului cu natura vântului și a tunetului. Deci ficatul este un organ cu forță derivată și este foarte important în știința vieții umane. Unul a cărui energie hepatică este prosperă pare viguroasă; una a cărei energie hepatică este slabă pare săracă în spirit. Astfel prosperitatea și declinul energiei vieții umane sunt strâns legate de afecțiunile hepatice. Vântul și tunetul joacă roluri importante în ajustarea frigului și căldurii, Yin și Yang în natură. În mod similar, ficatul acționează asupra Qi și sângelui, Yin și Yang ale corpului uman. Ficatul poate regla volumul de sânge, așa că *Canonul de medicină al împăratului* spune: „ficatul este organul de bază afectat de oboseală". În plus, el stochează sufletul și are funcția de a regla mintea, deci este de o mare importanță pentru corpul uman. Cheia pentru a avea grijă de ficat este creșterea naturii lemnului, prin urmare, ar trebui să menținem energia ficatului într-o stare caldă. De aceea, dimineața ar trebui să-l exersăm pe Daoyin Gong (îndrumând Qi-ul să alerge în jurul corpului) pentru a face energia Yang să crească prin corp. Natura lemnului este de acord cu generozitatea, dar este împotriva depresiei. Așadar, ajustarea minții pentru a o menține în largul său este cheia pentru a avea grijă de ficat. Zeii longevității din China sunt aproape toți cu mintea deschisă. Deși sunt în vârstă, ochii lor sunt încă strălucitori, degetele sunt destul de agile. Deoarece ochii sunt Qiaos-ul ficatului, ochii strălucitori sugerează starea sunetului energiei ficatului. *Pivotul spiritual Tian Nian* spune: „*de la vârsta de 50 de ani, energia febrei începe să scadă, lobii ficatului încep să devină subțiri, bila începe să scadă și ochii încep să devină slabi*". Acest lucru arată că energia ficatului este cea mai timpurie care devine decrepită. Deoarece ficatul este un organ al vântului și al lemnului și corespunde cu Trigrama lui Zhen, este viguros și activ și ușor de consumat. Acest lucru este suficient pentru a sugera că mai puțină furie, o minte ușoară și protecția energiei hepatice nu trebuie neglijate. Tărâmul pentru care zeii longevității au ochi strălucitori și un ficat sănătos este acela că sunt optimiști și cu mintea deschisă, ca urmare, energia lor hepatică curge lin, decrepitudinea lor este amânată.

4) „Numărul 4, pământul naște metalul" și „plămânii sunt organe ale metalului"

„4" este un număr final în Harta He, care simbolizează că toate lucrurile au un început și un sfârșit, creșterea și rodirea lor. "4" aparține Trigramei lui Dui și se află în vest. *Treatise of Remarks on the Trigrams of Yi* spune: „*Dui corespunde toamnei un anotimp în care toate lucrurile se bucură*". Trigrama lui Dui simbolizează mlaștina, care umezește pământul. Plămânii se potrivesc cu *Plain Questions: Jing Mai Bie Lun Pian* care spune: „*Plămânii sunt convergentul punct al tuturor canalelor din corp - lichidul pulmonar se răspândește în jurul corpului și hrănește cele cinci*

organe solide”. Plămânii corespund cu Dui, ceea ce indică, de asemenea, că toate lucrurile trebuie colectate toamna. În ceea ce privește ființele umane, necesarul de energie lung de colectat până la vârsta mijlocie. În timpul vieții, ficatul este un organ cu forță motrice și activ. Este adesea foarte consumat și ușor de diminuat. *Spiritual Pivot* subliniază că energia ficatului începe să scadă la vârsta de cincizeci de ani. Deoarece energia pulmonară este responsabilă de colectare, consumul său este relativ mai mic, diminuarea acestuia vine mai târziu, doar mai devreme decât cea a rinichilor dintre cele cinci organe solide. Plămânii încep să scadă de la vârsta de optzeci de ani. *Pivot spiritual: Tian Nian* mai spune: „*de la vârsta de 50 de ani, energia ficatului începe să scadă, ficatul devine subțire, bila începe să scadă, ochii încep să se estompeze. La 60 de ani, energia inimii începe să scadă, una este ușor melancolică, sângele său și Qi devin indolenti și le place să se întindă în pat. La 70 de ani, energia splinei devine slabă, pielea se restrânge. La 80 de ani, energia pulmonară scade, se pare că sufletul cuiva a părăsit corpul și, de multe ori, pronunță un discurs delirant. La 90 de ani, energia rinichilor este drenată, canalele celorlalte patru organe solide devin goale. La 100, cele cinci organe solide sunt goale, spiritul și Qi sunt ambele pierdute, unul moare rămânând doar forma exterioară*". Plămânii aparțin metalului. Dacă aerul uscat intră în plămâni, lichidul pulmonar este ușor irosit. Așadar, păstrarea umezelii plămânilor este o cheie pentru protecția plămânilor. Plămânii sunt o altă sursă superioară de lichid din corpul uman. Dacă sursa superioară este uscată, fluidul nu se poate răspândi. Plămânii sunt responsabili de Qi, energia pulmonară este foarte consumată în timpul vieții. Astfel, trebuie să fim atenți la umezeala plămânilor și la colectarea energiei pulmonare pentru a fi de acord cu caracterul său fiziologic. Adunarea și colectarea Qi în Qigong sunt două dispozitive importante de protejare a energiei pulmonare, care are o mare semnificație în știința vieții umane.

5) "Numărul 5, cerul naște pământul și" splina este un organ al pământului"

„5” este numărul mamei din Harta He, iar pământul este mama a nenumărate lucruri, generând astfel numere care apar din aceasta.

"5" se află în centru simbolizând Trigrama Kun și apartenența la pământ. Pământul corespunde unei veri lungi și este responsabil ca creșterea tuturor lucrurilor. *Tratatul de remarci despre trigrumele lui Yi* spune: "*Kun denotă pământul. Toate lucrurile primesc din ea cea mai deplină hrană*" și, de asemenea, Kun este pentru a depozita lucrurile. „*Zhuan în Kun Trigrams of Yi* spune: „*Completă este capacitatea mare și originară indicată de Kun! Toate lucrurile îi sunt datorate nașterii lor; primește ascultător influențele cerului. Kun, prin amploarea sa, susține și conține toate lucrurile. Capacitatea sa excelentă se potrivește cu puterea nelimitată a lui Qian*”. Toate cele de mai sus sugerează natura creșterii și stocării pământului. În ceea ce privește corpul uman, splina se potrivește cu acesta. Splina este sursa creșterii și schimbării tuturor lucrurilor. Deci întărirea splinei și îmbogățirea pământului sunt o bază importantă pentru menținerea vieții. În cursul lui Qi care urcă în corpul uman, splina acționează ca pivot. Controlează acțiunea Qi a organelor interne. Dintre cele cinci organele solide, povara splinei este extrem de grea. Așa că ar trebui să încercăm să fim moderați în ceea ce privește mâncarea și băutura, pentru a proteja splina. Unii maeștri de Qigong recomandă ideea „Pi Gu” (post). Aceasta este o metodă de relaxare a splinei astfel încât să îi asigure funcțiile normale. Unii străini economisesc o masă o dată pe săptămână, scopul lor este, de a permite splinei și stomacului să se relaxeze. Menținerea splinei în starea normală este o legătură cheie pentru menținerea activităților normale de viață .

TCM accentuează foarte mult funcția splinei și a stomacului. Se spune că se poate trăi cu energia stomacului și se va muri fără ea. *Comentariile asupra splinei și stomacului* de Li Dongyuan sunt o lucrare celebră despre protejarea splinei și a stomacului. Toate cele de mai sus arată importanța protejării splinei în timpul vieții.

II. Scrierea Luo și cele cinci organe solide

Cifrele din Scrierea Luo reprezintă orientarea și temperatura luminii și căldurii. Cele cinci organe solide din corpul uman se potrivesc cu ele, care sunt de un ajutor în studiul timpului și științelor vieții. Numărul "1" din scrierea Luo se află în nordul îndepărtat. Simbolizează perioada cu

cea mai scăzută temperatură și cea mai slabă lumină într-un an sau într-o zi. „1” este emblema apei reci. Iarna într-un an și miezul nopții într-o zi sunt ambele perioade cu Yin prosper și Yang slab. În ceea ce privește corpul uman, rinichii corespund cu acest lucru. În această perioadă, ar trebui să observăm că îl protejăm pe Yang. Aceasta este o perioadă de „un Yang care apare la miezul nopții” și „un Yang care ia naștere din Yin extrem”. Așadar, un stil de Qigong cunoscut sub numele de „Neidan” printre taoiști sugerează că în această perioadă ar trebui adăugată puterea pentru a ajuta la creșterea Yang-ului, la fel ca adăugarea focului în prepararea pastilelor nemuririi.

„9” în Scrierea Luo se află în colțul sudic. Simbolizează perioada cu cea mai mare temperatură și cea mai puternică lumină. Este emblema focului. Vara într-un an și prânzul într-o zi sunt atât perioada prosperă Yang, cât și Yin slab. În ceea ce privește corpul uman, inima îi corespunde. În această perioadă, ar trebui să fim atenți la protejarea lui Yin și prevenirea deteriorării lui Yang. Aceasta este perioada „Yin care apare la prânz”. Deci, „Neidan” Gong din Taoism susține că în această perioadă puterea ar trebui redusă pentru a ajuta Yin să apară.

Harta He și Scrierea Luo au pus bazele studiului combinației dintre orientare și organele interne din corpul uman. Studiul combinației de Qigong și orientare ia adesea acest lucru ca bază. Rinichii aparțin apei și Trigrama lui Kan, situată în nordul îndepărtat. „Frigul apare în nord”, este legătura aerului rece cu rinichii; "Inima apare în sud, este legătura aerului fierbinte cu inima. Deci, persoanele care sunt slabe în Yang-ul rinichilor ar trebui să se confrunte cu sudul pentru a dobândi căldura Yang-ului Trigramei Li când practică Qigong. În mod similar, inima aparține focului și Trigramei Li; se află în sudul îndepărtat. Oamenii cu Yin slab, dar prosper Yang ar trebui să înfrunte nordul, dar să plătească sudul, astfel încât să câștige apa din Kan. Ficatul aparține lemnului și se află în estul îndepărtat. Persoanele cu Yin slab de ficat ar trebui să se îndrepte spre nord pentru a dobândi apă la rinichi în vederea umezirii ficatului. Plămânii aparțin metalului uscat și se află în carnea cuvenită. Cei ale căror plămâni sunt uscați trebuie să fie orientați spre nord, să absoarbă Yin de metal și apă.

Pentru a rezuma, *Taiji*, cele opt trigrame, harta He și scrierea Luo sunt strâns legate de știința vieții umane. Ele au o mare semnificație în cercetarea misterelor vieții umane.

(Traducere de Niu Jiezhen)

Capitolul 13

Cercetări asupra temperamentului de către cele opt trigrame ale Cărții schimbărilor

Diviziunea temperamentului din Cartea Schimbărilor este una dintre cele mai vechi și mai științifice metode de împărțire pe baza căreia s-au dezvoltat tipurile de temperament din *Canonul de Medicină al Împăratului*. Nu este doar un model al unității dintre minte și corp, ci și un exemplu al combinației dintre Yin și Yang și cele cinci elemente.

Secțiunea 1. Diviziunea temperamentelor și semnificația lor

Conceptele celor opt trigrame din *Cartea Schimbărilor* includ opt tipuri diferite de lucruri. Qian denotă cerul și dă ideea de putere; Kun, pământ și docilitate; Zhen, tunet și fermitate; Xun, vânt și supunere; Kan, apă și moliciune; Li, foc și ferocitate; Gen, munți și generozitate; și Dui, mlaștină și tandrețe.

Deși sunt numite cele Opt Trigrame, de fapt ele reprezintă cinci lucruri diferite în ceea ce privește natura lor: metal, lemn, apă, foc și pământ. Concret vorbind, Li sugerează idea focului, asta pentru că Li reprezintă soarele, care are aceeași proprietate ca și focul; Kan reprezintă apa, Dui reprezintă mlaștina, prin urmare Kan și Dui aparțin amândouă naturii apei; Zhen reprezintă tunetul, Xun reprezintă vântul, ambele întruchipează natura lemnului; Kun reprezintă pământul, Gen reprezintă muntele, deci ambele dobândesc proprietățile pământului; Qian denotă cerul,

întruchipează natura metalului din cer. În concluzie, oamenii din Trigramele strânse pot fi astfel atribuiți următoarelor cinci tipuri:

I . Oamenii Li și semnificația sa clinică

1) **Temperamentul**

Li sugerează soarele, care este focul ce coboară din cer. *Tratatul de observații asupra trigramelor din Yi* spune: "Li sugerează emblema focului; a soarelui". Marele simbolism din *Trigrama Li a lui Yi* mai spune: "Li înseamnă a fi atașat; soarele și luna au locurile lor respective pe cer". Li implică soarele, Kan implică Luna, caracterele lui Li și Kan devin astfel evidente. Marele Simbolism din *Trigrama Li a lui Yi* spune: "Marele om, în conformitate cu aceasta, își cultivă din ce în ce mai mult virtutea sa strălucitoare și își difuzează strălucirea în cele patru sferturi ale țării". Cu un ten roșcat și o constituție puternică, oamenii din Li sunt deschiși la vorbă, entuziaști, ușor de emoționat și talentați. Ei merg repede și gândesc repede. Au o vedere precisă și ascuțită. Sunt inventatori înnăscuți. *Tratatul de Observații asupra Trigramelor lui Yi* spune: "Li sugerează emblema ochilor". Oamenii de tip Li pot îndura frigul, dar urăsc vremea caldă, sunt ca o torță aprinsă iarna. Sunt prea încrezători în sine, mândri, agresivi și ambițioși.

2) **Figura**

Sunt robuști și au capul mic, tenul roșcat, pulsul rapid și puternic. Ochii lor nu sunt mari, dar strălucesc ca niște stele.

3) **Boală posibilă**

Oamenii de tip Li au natura de foc. Deoarece focul este legat de inimă, care se ocupă de puls, ei pot suferi cu ușurință de boli de inimă, cum ar fi boala coronariană și arterioscleroza. Din nou, întrucât focul poate provoca daune la nivelul Qi și al sângelui, acest tip de oameni tind să fie prinși de apoplexie sau de hemoragie cerebrală. Oamenii de foc au de obicei un surplus de Yang, care produce căldură. Aceste persoane, ca urmare, se pot îmbolnăvi ușor de sindromuri cardiace și de sindromuri de stimă. Din cauza afectării fluidului Yin, există un potențial pericol ca aceștia să aibă un surplus de Yang și un Yin deficitar. În ceea ce privește bolile psihice, există posibilitatea de a suferi de manie.

4) **Speranța de viață**

Yang-ul la oamenii din Li este supraabundent, astfel că lezează lichidul Yin. Astfel, acești oameni nu pot trăi o viață lungă, pot muri de o boală subită. După cum se spune în *Micul simbolism în Trigrama Li din Yi*: "A spune modul în care a venit subiectul său, cât de brusc este, ca și în cazul focului, ca și în cazul morții, să fie respins de toți".

II. Oamenii Kan și semnificația sa clinică

1) **Temperament**

Kan indică apa din cer, cu caracter de blândețe. *Tratatul de Observații asupra Trigramelor lui Yi* spune: "Kan sugerează ideea de apă, Kan, este precipitat și primejdios". Cu alte cuvinte, Kan denotă apă, apa coboară, așa că oamenii Kan sunt extrem de introvertiți. *Zhuan în Trigrama Kan din Yi* spune: "Kan repetat ne arată o defăimare care se succedă alteia". De asemenea, este descris în *Marele Simbolism*: "prima linie, divizată, ne arată subiectul său în dublu defileu, și totuși intrând cu el într-o cavernă". Acești oameni sunt calmi, iar gândurile lor profunde sunt greu de detectat. Sunt consultanți calificați, cu resurse și isteține.

Aceștia sunt foarte afectați de natura apei. Deoarece lucrurile pot fi ascunse cu ușurință în apă, acești oameni sunt liniștiți și calmi ca o apă liniștită. *Tratatul de Observații asupra Trigramelor lui Yi* spune. "Kan sugerează ideea de urechi". Aceasta înseamnă că oamenii din Kan au urechi excelente. Ei pot prezice lucruri ascultând sunetul vântului. În ceea ce privește caracterul, ei sunt deprimați, reci, misterioși și chiar periculoși". *Marele Simbolism* spune. "Curge mai departe, fără să-și acumuleze volumul, își urmărește drumul printr-un defileu periculos, fără să-și piardă adevărata

natură. Faptul că mintea este pătrunzătoare este indicat de linia puternică din centru, acțiunea care este în concordanță cu aceasta va fi de mare valoare, ceea ce ne spune că avansul va fi urmat de realizări". Oamenii lui Kan își fac viața grea, ca apa care curge, dar sunt încrezători și stăpâni pe sine. În general, în ciuda greutăților, ei vor reuși în cele din urmă. *Marele Simbolism* mai spune: "Simbolul apei care curge continuu formează repetat Kan. Omul superior, în conformitate cu acesta, își menține constant virtutea inimii și integritatea conduitei sale". Ei sunt descriși ca fiind perpetui, umezind pământul ca o apă curgătoare și dedicându-se în liniște lumii.

2) **Figura**

Oamenii Kan au pielea închisă la culoare și o siluetă subțire. Sunt de înălțime medie. Au pulsul ascuns, ochii profunzi și urechile receptive.

3) **Boli posibile**

Kan sugerează ideea de apă. Apa înseamnă răceală, ceea ce dăunează rinichilor. Așadar, persoanele din Kan sunt predispuse la boli renale precum edemul, lumbago, sindromul jue, sterilitate la femei, diaree matinală și așa mai departe; frigul poate provoca contracție și obstrucție, așa că persoanele Kan tind să se molipsească de stagnare energetică, stază de sânge și stagnare de meridian. Apa pe care o reprezintă Kan vine din cer. Ca urmare, Yin este excedentar în corpul lor, în timp ce Yang este deficitar. Prin urmare, ei sunt predispuși să prindă boli precum deficiența de foc la poarta vieții, deficiența energiei Yang în rinichi și melancolie în ceea ce privește bolile psihice.

4) **Speranța de viață**

Acești oameni trăiesc, de obicei, o viață lungă. Acest lucru se datorează faptului că energia lor Yin este în surplus și există puține daune pentru Yang.

III. Oamenii Kun și semnificația sa clinică

1) **Temperament**

Kun sugerează ideea de pământ. Este blând și docil. *Tratatul de Observații asupra Trigramelor din Yi* spune: "Kun sugerează ideea de pământ, de mamă". *Tuan, în Trigrama Kun din Yi*, spune: "Este blând și docil, avantajos și ferm". *Marele Simbolism în Trigrama Kun din Yi* spune: "omul superior, în conformitate cu aceasta, cu virtutea sa mare susține lucrurile". Din nou, în *Tratat de observații asupra Trigramei lui Yi*, găsim: "Prin Kun, să depozitezi lucrurile". Oamenii Kun sunt timizi. În *Zhuan, în Trigrama Kun din Yi*, găsim: "Kun, în larghețea sa, susține și conține toate lucrurile. Capacitatea sa excelentă se potrivește cu puterea sa nelimitată. Înțelegerea sa este largă". Oamenii Kun sunt întotdeauna blânzi, sârguincioși și modești. În plus, întrucât Kun sugerează pământul, care este umed, iar umezeala înseamnă lipiciune și greutate, Qi și sângele acestor oameni circulă încet în corp. În ceea ce privește caracterul, ei sunt fermi și statornici ca munții. Vorbesc și reacționează lent. Le lipsește sensibilitatea la lucruri noi. Unii sunt destul de mulțumiți de condiția lor actuală și rareori cer ceva.

2) **Figura**

Oamenii Kun au un ten gălbui și un cap mare, sunt de constituție puternică, dar scunzi, cu puls lent, nas mare și buze groase.

3) **Boli posibile**

Kun reprezintă pământul, care este umed și aparține lui Yin. Umezeala corespunde cu splina, așa că au posibilitatea de a se molipsi de boli ale splinei, cum ar fi diareea și hidropizia. Umiditatea sugerează, de asemenea, lipiciozitate și greutate, circulația sângelui la acest tip de persoane tinde să fie lentă, ele capătă cu ușurință boli precum sindromul de retenție a flegmei, edeme, masă abdominală și prolapsul viscerelor.

4) **Speranța de viață**

Sângele din corpul lor circulă lent. Yin și Yang sunt aproape echilibrate. Rar se îmbolnăvesc brusc și, de obicei, duc o viață lungă.

IV. Oamenii Qian și semnificația sa clinică

1) **Temperamentul**

Qian sugerează ideea de cer, simbolizează metalul din cer. În ceea ce privește caracterul, indică puterea, fermitatea, aptitudinea și dreptatea. *Tratatul de Observații asupra Trigramelor lui Yi* spune: "Qian sugerează ideea de cer, de jad și de metal. Qian este simbolul forței". *Zhuan în Trigrama Qian din Yi* spune: "Vast este elementul măreț și originar indicat de Qian! Toate lucrurile îi datorează începutul lor; el conține toate semnificațiile aparținând numelui, cerul". Prin urmare, oamenii din Qian sunt generoși și calmi. Ei sunt prevăzători și au, o puternică capacitate de organizare. Ei pot deveni mari conducători, așa cum se spune în *Tratatul de observații asupra trigramelor din Yi*: "Qian sugerează ideea de cap".

Majoritatea oamenilor Qian au fruntea lată, ceea ce sugerează înțelepciune. Sunt largi la minte. Sunt capabili să suporte cât cerul. În ceea ce privește caracterul, ei se străduiesc în mod constant să se îmbunătățească, așa cum se spune în *Marele Simbolism din Trigrama Qian a lui Yi*: "Cerul, în mișcarea sa, dă ideea de putere. Omul superior, în conformitate cu aceasta, se rupe în activitate neîncetată". În timp ce, pe de altă parte, ei sunt ipocriți, vanitoși, prea respectuoși și chiar egocentrici.

2) **Figura**

Acest tip de oameni au de obicei o frunte lată, o față palidă și pătrată și un corp puternic, cu oase groase. Sunt de înălțime medie și au pulsuri puternice.

3) **Posibile boli**

Oamenii Qian au natura metalului și sunt supraabundenți în Yang, ceea ce implică căldură și uscăciune. Prin urmare, au tendința de a se îmbolnăvi de boli pulmonare, cum ar fi tusea, bronșita, constipația și diabetul. Uscăciunea poate răni cu ușurință lichidul Yin, așa că pot apărea și boli care reflectă un deficit de Yin.

4) **Speranța de viață**

Oamenii Qian sunt generoși și modești. Ei pot suporta cât o vale. În general, au o viață lungă. Dar, deoarece excesul de Yang poate afecta Yin, durata lor de viață poate fi doar de lungime medie.

V. Oamenii Xun și semnificația sa clinică

1) **Temperamentul**

Xun sugerează ideea de vânt, vânt din cer. *Tratatul de Observații asupra Trigramelor lui Yi* spune: "Xun sugerează ideea de lemn, de vânt, vântul servește la împrăștierea semințelor genitale ale lucrurilor". Natura vântului aparține lui Yang și controlează mișcarea.

Prin urmare, oamenii de acest fel arată și caracterul lui Yang impetuos, agil și ascuțit. Ei sunt buni la diplomație, având calitățile unui diplomat. Oamenii Xun vin și pleacă în grabă ca o rafală de vânt. Vântul este apt să se schimbe, din când în când devine fioros, apoi se transformă într-o adiere. La fel ca vântul, și acești oameni sunt schimbători. Uneori sunt încăpățânați ca un vânt puternic, alteori docili ca un vânt moale. *Zhuan în Trigrama Xun a lui Yi* spune: "Îi vedem pe cei slabi ascultându-i pe cei puternici. Puternicul a pătruns în locul central și corect, iar voința supușilor săi va fi pusă în aplicare". Mai mult, oamenii de acest tip tind să fie geloși, prea sensibili, îndoielnici și înguști la minte.

2) **Figura**

Oamenii Xun sunt de obicei înalți, cu un ten închis la culoare. Sunt fie puțin cam înalți, fie foarte scunzi. Au un puls asemănător unei succesiuni.

3) **Posibile boli**

Oamenii Xun au caracteristicile vântului, vântul se potrivește cu ficatul, deci au potențiala tendință de a prinde boli hepatice. Vântul controlează mișcarea, există posibilitatea de a agita ficatul și vântul în interiorul corpului. Hipertensiunea arterială, apoplexia și alergia apar, de asemenea, frecvent. Vântul sugerează schimbare, în consecință, sistemele nervoase ale acestor oameni par instabile. Ca urmare, ei suferă cu ușurință de dezechilibrul sistemului nervos, cum ar fi stagnarea energiei hepatice, isteria și nevroza.

4) **Speranța de viață**

Acești oameni sunt pasionați de activități. Energia lor Yang este rapid consumată. În general, au o viață scurtă.

Oamenii celor Opt Trigrame sunt grupați în cele cinci tipuri de mai sus. Acest lucru înseamnă că Gen, Dui și Zhen au fuzionat în cele cinci tipuri. De exemplu, Gen posedă de fapt caracterul lui Kun, așa cum se spune în *Tratatul de observații asupra trigramelor lui Yi*, „Gen sugerează emblema unui munte". Muntele aparține pământului, care este ferm și neclintit. *Zhuan în Trigrama Gen a lui Yi* spune: „Gen înseamnă oprire și odihnă". *Tratatul de observații asupra trigramelor lui Yi* spune: „El se bucură de Gen". Oamenii cu caracterul Gen sunt docili și amabili ca oamenii din Kun; Dui sugerează mlaștină, ceea ce implică umiditate. *Zhuan în Trigrama Dui a lui Yi* spune: „Cei puternici în centru, cei slabi pe marginea exterioară". *Tratatul de observații asupra trigramelor lui Yi* spune: „Dui este simbolul plăcerii și satisfacției". Oamenii Dui sunt la fel ca oamenii din Kan, sunt „introvertiți, aparținând caracterului Yin; Zhen sugerează emblema tunetului. *Tratatul de observații asupra trigramelor lui Yi* spune: „Zhen este simbolul unui stimul pentru mișcare". *Micul simbolism din Trigrama Zhen a lui Yi* spune: „Când mișcarea se apropie, el se află într-o poziție de pericol: linia slabă este montată pe un nivel puternic". Oamenii din Zhen sunt activi, par puternici, dar sunt de fapt slabi în natură. *Zhuan în Trigrama Zhen a lui Yi* spune: „Mișcarea ca un tunet îi înspăimântă pe toți în decurs de o sută de ***li***; îl sperie pe cel îndepărtat și îl sperie pe cel apropiat". De asemenea, în *Marele Simbolism al Trigramei Zhen a lui Yi*, se spune: „Omul superior, în conformitate cu aceasta, este înfricoșător și îngrijorat, cultivă virtutea și își examinează greșelile". Zhen este ceva ca Xun. Prin urmare, temperamentul oamenilor din cele Opt Trigrame sunt de fapt grupate în cele cinci tipuri de mai sus.

Pe lângă elementele naturale și cele sociale, temperamentul este influențat și de elementele geografice. De exemplu, în locurile din sud, unde soarele strălucește mereu, oamenii Li sunt mai numeroși; în locurile din nord, unde apa curge în mod constant, oamenii Kan sunt mai numeroși; în locurile din est, unde vântul mării suflă tare, oamenii Xun sunt mai numeroși; în locurile din vest, unde clima este caldă și uscată, oamenii Qian sunt mai numeroși; iar în ținutul central, unde există pământ umed și un lanț de munți, oamenii Kun sunt mai numeroși.

Deși oamenii celor Opt Trigrame sunt împărțiți în Li, Kan, Kun, Qian și Xun, oamenii moderni care trăiesc în societate sunt foarte implicați în multe activități sociale, astfel că sunt, de asemenea, foarte influențați de elementele sociale. Prin urmare, oamenii cu atribuții tipice sunt destul de puțini, dar frecvent sunt văzuți cei cu mai multe tipuri de caracter amestecate. De exemplu, tipul de foc pur este rar întâlnit, dar combinația de vânt cu foc, pământ cu foc sau metal cu foc apar peste tot. Așadar, pentru a judeca temperamentul unei persoane, trebuie să se facă un studiu sintetic. Descrierile de mai sus referitoare la oamenii celor Opt Trigrame sunt de mare valoare pentru studiul antropologiei, sociologiei, psihologiei și diagnosticului clinic.

VI. Caracteristicile temperamentului prin cele Opt Trigrame

1) **Temperamentele prin cele Opt Trigrame sunt exemple tipice de combinație între Yin, Yang și cele cinci elemente**

Temperamentele prin cele Opt Trigrame din *Cartea Schimbărilor* au arătat combinația dintre Yin, Yang și cele cinci elemente. Li (foc) arată supraabundența de Yang; Kan și Dui (apă) arată supraabundența de Yin; Qian (metal) înseamnă că Yin și Yang sunt în echilibru, dar cu un mic

surplus de Yang; Xun și Zhen (vânt) arată supraabundența de Yang; Kun și Gen (pământ) indică faptul că Yin și Yang sunt în echilibru, dar cu un mic surplus de Yin. A se vedea tabelul următor:

Tipurile de temperament ale celor Opt Trigrame	Cinci elemente	Yin - Yang
Kan, Dui	apă	Surplus de Yin
Li	foc	Surplus de Yang
Qian	metal	Yin - Yang în echilibru, dar cu exces de Yang
Xun, Zhen	lemn	Surplus de Yang
Kun, Gen	pământ	Yin - Yang în echilibru, dar cu exces de Yin

Tabelul 13-1. Potriviri de temperament ale celor Opt Trigrame cu Yin, Yang și cele cinci elemente

2) Oamenii cu caractere asemănătoare se înțeleg bine. Fiecare dintre cele Opt Trigrame are propriile trăsături, iar oamenii au, de asemenea, temperamentele lor respective. *Tratatul de Observații asupra Trigramelor Yi* spune: "În acest caz, nu este vorba de o trigramă". Tunetul servește pentru a pune lucrurile în mișcare: vântul pentru a le împrăștia semințele genitale; ploaia pentru a le umezi; soarele pentru a le încălzi; ceea ce este simbolizat de Gen, pentru a le reține și a le menține la locul lor; de Dui. pentru a le da curs cu bucurie; de Qian, pentru a le conduce; și de Kun, pentru a le depozita". Oamenii de același fel sunt în relații bune. Wen Yan, în *Trigrama Qian din Yi*, spune: "creaturile de aceeași natură se caută unele pe altele, apa curge spre locul care este umed și rece; focul se ridică spre ceea ce este uscat". Același lucru se întâmplă și cu ființele umane. Oamenii cu caractere similare se pot înțelege cu ușurință și pot coopera bine. De exemplu, Kun (pământ) și Kan (apă) aparțin amândoi lui Yin, oamenii lor atributivi se pot înțelege bine între ei; Xun (vânt) și Li (foc) aparțin lui Yang, oamenii lor respectivi sunt, de asemenea, în relații de prietenie. Pe de altă parte, Kun (pământ) și Xun (vânt) sunt diferite, oamenii lor respectivi se întâlnesc rar. Vântul are tendința de a se mișca, pământul este lipicios, prin urmare, unul este rapid, celălalt este leneș. Este greu pentru ei să fie în acord. Kan (apa) și Li (focul) sunt incompatibile între ele, de asemenea, este greu pentru aceste două tipuri de oameni să coopereze, ceea ce se numește "cele opt caractere nu se potrivesc" (Cele opt caractere sunt în patru perechi, indicând anul, luna, ziua și ora nașterii unei persoane, fiecare pereche fiind formată dintr-o tulpină cerească și o ramură terestră, folosite în trecut în ghicit).

3) Fiecare dintre cele Opt Trigrame are propriile sale caracteristici, dar atribuțiile lor se pot înțelege armonios între ele.

La fel cum se spune în *Tratatul de Observații asupra Tratatului de Yi* "simbolurile munților și colecția de apă și-au schimbat influențele; cele pentru tunet și vânt s-au excitat reciproc mai mult, iar cele pentru apă și foc nu și-au făcut niciun rău". Acest lucru arată dacă în lumea naturală sau în societatea umană, deși există atât de multe lucruri diferite, acestea se pot înțelege armonios. Chiar și lucrurile opuse, sau oamenii contradictorii din natură, pot decurge dintr-o conformitate armonioasă.

Secțiunea 2. Teoria temperamentului în *Canonul de medicină al împăratului* și semnificația sa clinică

Caracteristica teoriei temperamentului din *Canonul de medicină al împăratului* constă în combinarea minții și a corpului, la fel ca în *Cartea schimbărilor*, diviziunea diferitelor tipuri are ca bază teoretică Yin, Yang și cele cinci elemente. Pentru o descriere detaliată se poate consulta *Pivotul spiritual: Yin Yang Douăzeci și cinci de tipuri de oameni* și *Pivot spiritual*: *Tong Tian*. Prima carte ia ca bază diviziunea focului, metalului, lemnului, pământului și apei. Oamenii în concordanță cu aceasta sunt numiți oameni de foc, de metal, de lemn, de pământ și de apă. Iată o selecție din tratatul original : "pentru a vorbi despre oamenii de lemn, fața lor este lungă, dar palidă, capul este mic, spatele și umerii sunt largi, cu mâini și picioare mici. Foarte capabil, care folosește mai mult

mintea, se chinuie mult să gândească, dar face mai puțină muncă fizică. Este activ primăvara și vara, dar inactiv toamna și iarna. Fiind afectat și apoi îmbolnăvindu-se. A doua carte *Pivot spiritual: Tong Tian* consideră Yin și Yang ca bază, împărțind oamenii în cinci tipuri, după cum urmează: oameni cu Yang supraabundent, oameni cu Yin supraabundent, oameni cu Yin și Yang în echilibru etc.. Concret vorbind, aceștia sunt oameni cu Yang mai mare, cu Yang mai mic, cu Yang de lumina soarelui, cu Yin mai mare și cu Yin mai mic. După cum se spune în tratatul original: "Oamenii de Yin mai mare sunt lacomi, nemiloși și zgârciți; par umili și curați, dar sunt de fapt răi și murdari în inimile lor. Le place să primească, dar urăsc să dea. Ei nu se supun circumstanțelor. Întotdeauna merg în urma celorlalți când fac lucruri, pentru a vedea clar dacă lucrul de făcut este benefic sau dăunător".

I . Teoria temperamentului din *Canonul de medicină al împăratului* conturează patologia și patogenia

Pe lângă diferențele individuale în fiziologie și psihologie, teoria temperamentului include și patologia. Fiecare tip de persoană are propria sa tendință de a contracta posibile boli. Așa cum este descris în *Pivotul spiritual: Yin Yang Twenty-five Kinds of People*, "Oamenii de lemn, ... sunt activi primăvara și vara, dar inactivi toamna și iarna. După ce sunt afectați, sunt prinși de boală; oamenii de foc, au tendința de a duce o viață scurtă și de a muri brusc. Ei pot suporta primăvara și vara, dar nu pot îndura toamna și iarna. Când vine toamna sau iarna, ei sunt afectați și apoi se molipsesc de o boală". *În Pivot spiritual: Tong Tian* se arată: "oamenii cu Yin mai mare se prezintă astfel: sângele lor Yin este tulbure, Qi-ul lor protector este slab și instabil, le lipsește pentru coordonarea dintre Yin și Yang; oamenii cu Yin mai mic le lipsește coordonarea dintre cele șase organe goale, astfel încât apar ușor hemoragii, Qi-ul scade ușor; oamenii cu Yang mai mare sunt de obicei de temperament rău și mor brusc; oamenii cu Yang mic sunt puternici în Yin, dar slabi în Yang. Puterea lor pulmonară este, de asemenea, slabă. Odată ce se îmbolnăvesc, le este greu să se refacă. Descrierile de mai sus pot fi considerate ca referințe clinice.

În ceea ce privește aspectul patogeniei, teoria temperamentului din *Canonul de medicină al împăratului* pune un mare accent pe importanța temperamentului pentru cauza bolii. Aceasta arată că bolile sunt influențate în mare măsură de temperamentele oamenilor, inclusiv de diferențele individuale în fiziologie și psihologie. Se crede că apariția bolii nu este legată doar de condițiile fiziologice ale pacientului, ci și de starea sa psihologică. Acesta este motivul pentru care *Canonul de Medicină al Împăratului* ia în considerare curajul sau timiditatea pacientului în studiul apariției bolilor.

II. Fundamentele tratamentului

În funcție de starea diferită a sângelui și a Qi-ului celor cinci tipuri de Yin-Yang ale oamenilor, teoria temperamentului din *Canonul de medicină al împăratului* prezintă regula de tratament, subliniind adoptarea de terapii diferite pentru diferite persoane. De exemplu, *Pivotul spiritual: Tong Tian* spune: "Oamenii cu Yin mai mare, mai mult Yin, dar fără Yang, sângele lor Yin e tulbure, sau Qi-ul lor protector nu este lin, atunci Yin și Yang nu sunt armonioase. Ei au mușchii relaxați și pielea groasă. Acestui tip de oameni nu se cuvine să li se administreze cathartice; ... oamenilor de Yang mai mare, mai mult Yang, dar mai puțin Yin. ... Nu-i micșorați Yin-ul, ci încercați să-i micșorați Yang-ul. ... Examinați dacă este excedentar sau deficitar; dacă este excedentar, puteți folosi cathartice; dacă este deficitar, îl puteți hrăni cu tonic; dacă nu este nici excedentar, nici deficitar, îl puteți trata după carte. Acest lucru indică faptul că, pentru a recupera Yin-ul și Yang-ul oamenilor, trebuie să se examineze cărui tip aparțin și să-i trateze diferit. În *Întrebări simple*: San Bu Jiu Hou Lun spune. "Trebuie să îi observăm silueta pentru a vedea dacă este slab sau obez, astfel încât să îi puteți recupera Qi și sângele. Dacă este un caz obez, puteți folosi cathartic; dacă este un caz slab, atunci puteți folosi tonic". *Pivotul spiritual: Ni Shun Fei Shou* spune: "Dacă un pacient este puternic în Qi și sânge, cu o piele solidă, după ce a fost afectat, îi puteți face un tratament de acupunctură și, în același timp, asigurați-vă că introduceți acul într-un loc mai adânc sub piele și că îl țineți introdus pentru o vreme. ... Dacă un pacient este numai piele și

oase, cu buze subțiri, voce joasă, sânge diluat și Qi lin, în acest caz, este ușor să-i provoci daune Qi-ului și sângelui său. Dacă acordați un tratament de acupunctură, asigurați-vă că introduceți acul într-o poziție superficială și că îl retrageți rapid". Cele de mai sus arată că stabilirea legilor pentru tratament în *Canonul de Medicină al Împăratului* ia drept criteriu starea fizică a oamenilor.

III . Fundamentul diagnosticului constă în analiza globală a bolii și a condițiilor pacientului

Teoria temperamentului din *Canonul de medicină al împăratului* acordă o mare importanță condițiilor fizice individuale în diagnosticare și este întotdeauna adoptată pentru a prezice apariția bolilor. De exemplu, în *Întrebări simple*: pe canale se spune: "Metoda de diagnosticare a unei boli constă în examinarea stării psihologice și a condițiilor fizice ale unui pacient, apoi se poate judeca ce fel de boală a prins".

Teoria temperamentului din *Canonul de medicină al împăratului* s-a dezvoltat de-a lungul timpului. Ea are o importanță practică în orientarea teoriilor, metodelor, prescripțiilor și farmaciei MTC.

Teoria temperamentului din *Canonul de Medicină al Împăratului* nu se bazează doar pe analiza temperamentului celor Opt Trigrame din *Cartea Schimbărilor*, ci îi aduce și dezvoltări ulterioare. În plus, a promovat dezvoltarea teoriilor de bază ale MTC.

Secțiunea 3. Studii contrastive ale temperamentului în China și străinătate

Indicații:

I. Prin studiul contrastiv al împărțirii temperamentelor în China și în străinătate, ne dăm seama că împărțirea din *Cartea Schimbărilor* este cea mai veche și cea mai științifică metodă din lume. Mai târziu, ea a fost foarte mult dezvoltată în modul în care a fost combinată fiziologia cu patologia în *Canonul de Medicină al Împăratului*, apoi a fost aplicată în medicină, iar mai târziu a devenit una dintre teoriile de bază în domeniul MTC.

II. Avantajul împărțirii temperamentelor în *Cartea Schimbărilor* și în *Canonul de Medicină al Împăratului* constă în faptul că acestea adoptă Yin, Yang și cele cinci elemente pentru a comunica natura universului cu temperamentele ființelor umane, arătând că conformitatea dintre ele este, de asemenea, combinarea biologiei cu fizica, și sugerând că creaturile din natură și proprietățile substanțelor se completează reciproc, ceea ce constituie o bază teoretică pentru dieta medicinală a MTC (pentru mai multe detalii, vezi capitolul nouăsprezece)

III. Metoda de împărțire din cele două cărți pune un accent deosebit pe relația dintre ființele umane și societate, susținând că temperamentul nu este izolat, ci schimbător.

IV. Avantajul metodei de divizare a temperamentelor din cele două cărți constă în conformitatea dintre minte și corp, adică în conformitatea dintre formă și suflet.

V . Divizarea din cele două cărți arată că temperamentul se schimbă odată cu înflorirea și declinul Yin-ului, Yang-ului, Qi-ului și sângelui oamenilor, subliniind importanța influenței postnatale asupra temperamentelor umane. (A se vedea tabelul 13-2).

Oamenii celor Opt Trigrame din Cartea Schimbărilor	**Oamenii Li**	**Oamenii Xun**	**Oamenii Kun**	**Oamenii Qian**	**Oamenii Kan**
	Li sugerează emblema focului care vine din cer. Oamenii Li sunt puternici, cu un ten roșcat și un puls rapid și solid. Sunt entuziaști, viguroși, curajoși,	Xun sugerează că vântul vine din cer. Oamenii Xun sunt subțiri și au tenul gălbui, cu pulsul slab. Sunt activi, agili, capabili, deschiși și buni la	Kun sugerează pământul. Oamenii Kun sunt în majoritate scunzi și grași, cu capetele mari și cu un ten gălbui. Sunt docili, cinstiți, harnici,	Qian sugerează metalul care vine din cer. Oamenii Qian sunt cei cu tenul alb, fruntea mare, fața pătrată, oasele mari, pulsul gros și constituția	Kan sugerează apă. Oamenii Kan sunt cei cu tenul închis la culoare, silueta subțire și pulsul adânc. Sunt foarte introvertiți, de

	iuți la minte și deschiși; dar sunt și ambițioși, mândri și agresivi. Pot îndura frigul, dar urăsc vremea caldă. Au tendința de a suferi de boli de inimă și nu trăiesc mult.	diplomație, dar pe de altă parte irascibili, hipersensibili și instabili. Au tendința de a se îmbolnăvi de boli de ficat și trăiesc o viață de durată medie.	muncitori, practici, stabili și introvertiți; dar pe de altă parte sunt lenți la minte. Au tendința de a se îmbolnăvi de splină, dar trăiesc o viață lungă.	puternică. Sunt generoși, prevăzători, capabili, energici și stăpâni pe sine, dar ipocriți, vanitoși și prea egocentrici. Au tendința de a se îmbolnăvi de boli pulmonare și trăiesc o viață de durată medie.	natură sagace și profundă, uneori deprimați. Au tendința de a se îmbolnăvi de boli de rinichi, dar trăiesc o viață lungă.
Cele cinci tipuri de oameni din Canonul de Medicină al Împăratului	**Oamenii Yang mare**	**Oamenii Yang mic**	**Oamenii Yin mare**	**Oameni Yin și Yang în echilibru**	**Oamenii Yin mic**
	Cu mai mult Yang și mai puțin Yin în corp, oamenii cu Yang mai mare tind să se preocupe de marile afaceri, să facă totul după bunul lor plac și să nu regrete niciodată nimic din ceea ce fac. Sunt ambițioși, temerari și lăudăroși.	Cu puțin mai mult Yang decât Yin, persoanele cu Yang mic sunt pline de sine și încrezute. De obicei, au șansa de a fi funcționari de rang mic. Preferă relațiile sociale mai degrabă decât afacerile casnice.	Cu mai mult Yin și mai puțin Yang, oamenii cu Yin mai mare sunt lacomi fără milă. Ei preferă să ia decât să dea. Ei par umili, dar sunt de fapt răi din fire. Nu se supun circumstanțelor. Au o atitudine de așteptare în aproape orice.	Având atât Yin cât și Yang în echilibru, acest tip de oameni se bucură să trăiască în locuri liniștite. Sunt statornici și rezistenți. Nu au de ce să se teamă și nici de ce să se bucure. Se supun circumstanțelor. În timp ce ocupă poziții sociale înalte, sunt curtenitori și modești; în poziții umile, nu îi lingușesc pe ceilalți.	Cu un pic mai mult Yin decât Yang în corp, oamenii cu Yin mai mic sunt lacomi, invidioși și dăunători. Ei sunt încântați să audă de nenorocirile altora. Ei nu se tem niciodată de nimic.
Pivot spiritual: Yin - Yang, Douăzeci și cinci de tipuri de persoane în *Canonul de medicină al împăratului*	**Oamenii foc**	**Oamenii lemn**	**Oamenii pământ**	**Oamenii metal**	**Oamenii apă**
	Cu tenul roșcat, capul mic, mâinile și picioarele mici și inima care bate repede, **oamenii foc** au un temperament înflăcărat! Ei se gândesc întotdeauna înainte de a ajunge la o concluzie; neglijează banii. Sunt activi primăvara și vara, dar inactivi toamna și iarna; au o durată de viață scurtă, cu morți bruște.	Cu tenul alb, capetele mici, umerii largi, coatele drepte, mâinile și picioarele mici, **oamenii lemn** sunt capabili; ei gândesc mult, dar fac mai puțină muncă fizică. Ei sunt activi primăvara și vara, în timp ce toamna și iarna sunt inactivi.	Cu tenul gălbui, fețele rotunde, capetele mari, burțile mari, **oamenii pământ** sunt grași, docili, ușuratici și cumințI. Ei nu se bucură de politică. Sunt activi toamna și iarna, dar inactivi primăvara și vara.	Cu tenul alb, fețele pătrate, capetele mici, burțile mici, mâinile și picioarele mici, oasele ușoare, **oamenii metal** sunt cinstiți și drepți, calmi și fermi. Dau dovadă de mari abilități ca funcționari. Sunt active toamna și iarna, în timp ce primăvara și vara sunt inactive.	Cu tenul închis la culoare, fețele rotunde, gâtul scurt, umerii înguști și spinarea înfundată, **oamenii apă** sunt șireți, nepoliticoși și vicleni. Ei sunt activi toamna și iarna, iar primăvara și vara sunt inactivi.
Grecia	Tipul Coleric	Tipul sanguin	Tipul flegmatic		Tipul melancolic
	curajos, energic,	agil, flexibil,	cu o minte lentă,		singuratic,

	entuziast, ușor de excitat, direct și deschis.	instabil, cu reacție rapidă.	liniștită, calmă, cu o rezistență remarcabilă.		invidios, cu multe îndoieli, dar bun la gândire și observație.
Germania	Tipul scund, dar puternic		Tipul musculos		Tip subțire, dar înalt
	cu umeri largi și talie rotundă, mâini și picioare mici și voluminoase, figuri scurte, dar cu o constituție puternică, acest tip de oameni sunt deschiși și se entuziasmează ușor.		musculos, activ, introvertit, cu siluete moderate.		cu brațe și picioare lungi, siluete subțiri, acest tip de oameni sunt liniștiți, calmi și gânditori.
Rusia	Tipul excitat	Tipul activ	Tipul liniștit		Tipul anemic
	agresiv, puternic, ușor de excitat, dezechilibrat, incontrolabil.	inteligent, activ, agil, puternic, optimist.	cu un caracter moderat, liniștit, calm și stăpân pe sine.		timid, reținut, irascibil, lent și pasiv.
Japonia	**Tipul B**		**Tipul AB**	**Tipul 0**	**Tipul A**
	activ, elocvent, sociabil, credul, instabil și ușor de distras.		cu caracterul atât al lui A, cât și al lui B.	ferm, calm, încrezător, constant, energic și stăpân pe sine.	senzaționalist, care se chinuie prea mult să gândească, cu prejudecăți și prea critic

Tabelul 13-2. Studiul contrastiv al temperamentului în China și în străinătate

(Traducere de Niu Jiezhen)

Capitolul 14.

Cartea schimbărilor și previziunilor

Secțiunea 1. Cartea schimbărilor

Serii și previziuni

"Odată cu dezvoltarea științei, capacitatea omului de a prevedea un potențial pericol este sporită. Strămoșii omului din antichitatea îndepărtată au coborât din copaci, au ieșit din păduri și au continuat să treacă prin nenumărate pericole. Acest lucru era imposibil fără anumite abilități de prognoză."

Cu toate acestea, aceste abilități au degenerat. Este adevărat că, în timp ce evoluează, omul degenerează și el. A trezi aceste abilități și a le readuce la viață nu este un regres istoric, ci exact opusul. Este necesar pentru dezvoltarea umană și reprezintă o descoperire în biologie.

Fiind cea mai veche carte de previziune din lume, *Cartea Schimbărilor* conține teorii profunde de previziune, care au o mare valoare de prognoză, și este anterioară artei Delphi din Grecia Antică, care era propovăduită ca fiind comună cu zeii.

Prognoza este știința de a prezice lucrurile viitoare Ea poate deduce și judeca tendința de dezvoltare și sfârșitul lucrurilor. Metodele de prognoză includ deducția în funcție de cauzalitate și judecata în funcție de interdependența dintre obiectele de prognoză și factorii inter-relaționali. Ea are o mare importanță în afacerile militare, economie, afaceri umane, meteorologie și în tratamentul bolilor.

Cartea Schimbărilor este sub formă de divinație și este cea mai veche relatare a acesteia. Acest lucru poate fi văzut în *Marele Tratat despre Yi*. "*Înțelepții au expus diagramele, au inspectat emblemele conținute în ele și au anexat explicațiile lor - în acest fel, norocul și ghinionul (indicate de ele) au fost clarificate. ... Atunci când inițiază orice mișcare, el (omul superior) contemplă schimbările (care se fac în divinație) și studiază pronosticurile din ele. .... Cerul își atârnă figurile (strălucitoare) din care se văd norocul și răul, iar înțelepții își făceau interpretările emblematice în consecință*". Există 384 de judecăți de divinație și 450 de comentarii. Metodele de divinație au fost consemnate în *Marele Tratat despre Yi* și *Zuo Zhuan și Guo Yu*, așa că este necesar să se consulte aceste două cărți în timp ce se studiază metodele de divinație din *Cartea Schimbărilor.* În Zuo Zhuan, prognoza pentru anul 12 din timpul domniei împăratului Zhao, include; Nan Kuai urma să-și trădeze țara și a ghicit după Kun și Bi (Bian Gua) : ”Îmbrăcămintea inferioară galbenă; ..... va fi un mare noroc”. În *Zhou Yu: Guo Yu* există: "*Regele Xiang era grav bolnav și a spus: Când regele Cheng din Jin s-a întors pentru a urca pe tron, am auzit că poporul din Jin a divinizat Qian și Pi (Bian Gua): Prestigiu înalt care nu durează mult timp - vor fi trei regi care se vor întoarce din Zhou pentru a revendica tronul. Primul a fost regele Cheng, al treilea nu se știe încă, dar al doilea trebuie să fie prințul Zhou*”. Marea carte de previziuni militare *Arta războiului* a fost, de asemenea, luminată de *Cartea schimbărilor.* Cele mai vechi metode de divinație consemnate în *Schimbări* sunt cele din timpul dinastiei Zhou de Est.

Prognoza este o știință profundă și misterioasă, ale cărei secrete nu pot fi încă dezvăluite de știința și tehnologia modernă. Universul nemărginit este atât de complicat încât obiectele au mii de legături. Lucrurile vii nu pot fi izolate de fizică, iar relațiile (inclusiv reacțiile) dintre ele nu pot fi încă explicate de ființele umane. Știința modernă face previziuni prin aplicarea metodelor fizice și prin utilizarea de instrumente și echipamente. Dacă am putea combina reacțiile potențiale ale lucrurilor vii cu știința, am avea capacități de prognoză neașteptate. Deși sună ca o fantezie științifică, acest lucru este realizabil. Fiind o reacție a lucrurilor vii și a fizicii, a naturii și a psihologiei, prognoza analizează și judecă mulți factori incerți, așa că cei care prognozează au nevoie de cunoștințe în multe domenii.

În toate timpurile și în toate țările, prognoza se dezvoltă destul de lent, deoarece este adesea amestecată cu superstiția. În cercetările noastre în domeniul prognozei, nu trebuie să facem din ea un mister și nici să o degenerăm în fatalism, ci să o combinăm cu știința modernă și să o transformăm într-o forță motrice pentru îmbunătățirea producției. Aceasta este orientarea prognozei. În alte țări, se depun eforturi pentru a cerceta prognoza. Potrivit *Vechiului Testament*, profetul Moise a fost primul care a găsit sursa de apă prin prognoză. Minerii germani au folosit prognoza în prospectarea minelor, francezul Ama a prognozat în munca de detectiv, iar soldații americani de pe câmpurile de luptă din Vietnam au prognozat pentru a găsi minele terestre. Altfel spus, multe metode standard au eșuat, în timp ce prognoza a obținut rezultate neașteptate. Aceasta ar putea face legătura între ființele vii și fizică prin intermediul subconștientului și, prin urmare, ar putea face ca psihologia să reacționeze la natură. Previziunea este de nepătruns.

(Dacă vom putea renunța la culoarea misterioasă și vom selecta conotațiile sale științifice, aceasta va oferi perspective nelimitate). Nu e de mirare că un cercetător de la Academia Finlandeză de Știință și Tehnologie a declarat: "Realizările în materie de previziuni ale *Cărții Schimbărilor* vor șoca lumea".

Prognoza este știința de a prezice lucrurile viitoare, de a deduce și de a judeca tendințele lor de dezvoltare și rezultatele finale. Ea include previziuni pe termen scurt, pe termen mediu și pe termen lung. În ceea ce privește metodele de prognoză, există metode externe, de cauză și efect și de percepție. Metoda externă constă în prezicerea tendințelor de dezvoltare în funcție de semnele externe. Aceste semne vor fi cu siguranță confirmate prin intermediul obiectelor. Această metodă

include prognoza de bun augur și prognoza prin analogie. Prima constă în prezicerea semnelor ascunse din semnele de avertizare, iar cea de-a doua constă în prezicerea rezultatelor analogice din semnele analogice. Metoda cauză-efect constă în a prognoza în funcție de relația dintre cauză și efect, dintre care cauza și efectul în timp este principalul; adică, de a face o analiză cuprinzătoare a relației dintre trecut, prezent și viitor. Metoda percepției constă în a prognoza semnele interne din semnele audiovizuale externe, ca în fizionomia MTC. Aceste trei metode sunt toate trei metode normale, în timp ce *Cartea Schimbărilor* este una specială. Adică, aparține previziunilor de procedură și previziunilor de reacție. Previziunea prin procedură este necontrolată de ființe umane. Ea combină relația complexă dintre cer, pământ și om prin anumite proceduri de prognoză, utilizând simultan deducția, asocierea și prejudecata. Deoarece *Cartea Schimbărilor* acoperă o gamă largă, trebuie să se recurgă și la prognoza psihologică. Esența metodelor de divinație în *Cartea Schimbărilor* constă în "deducerea imaginilor din numere". Metodele de previziune din *Qi Men Dun Jia* și *Liu Ren* aparțin acestui tip de previziune, după cum se spune în *Marele Tratat despre Yi:* "*Dacă am prelungi fiecare dintre ele prin adăugarea liniilor corespunzătoare, atunci toate evenimentele posibile sub cer ar putea avea reprezentarea lor*". Percepția previziunilor include diverse metode de previziune dezvoltate în rândul oamenilor pe baza celei a *Cartea Schimbărilor* și previzionează în principal prin reacția dintre lucrurile vii (viața) și fizică, cuprinzând în același timp cele Opt Trigrame din *Cartea Schimbărilor.* Astfel s-a dezvoltat metoda procedurii. De exemplu, în starea de Qigong sau într-o stare similară, să prognozezi prin realizarea reacției între om și om, sau între om și obiecte, în același timp combinând-o cu o anumită procedură (de ex. cele Opt Trigrame). Avantajul acestei metode constă în faptul că pune în joc pe deplin inteligența omului. Aceasta este o metodă de previziune cu un mare potențial. Dacă ar putea fi combinată cu știința și tehnologia modernă, ar oferi perspective nelimitate.

Secțiunea 2. Divinația în schimbări și informații

Divinația, imaginea, rațiunea și numărul sunt cele patru componente ale *Cărții Schimbărilor.* Substanța divinației este previziunea. *Cartea Schimbărilor* a fost cea mai veche carte de previziune, iar trigramele sale și *Yao Ci* reprezintă textul de divinație. *Cartea Schimbărilor* are forma divinației, iar divinația este o parte inseparabilă a cărții. Trigramele și *Yao Ci* în sine reprezintă stocul de informații, care sunt informațiile încheiate din practica socială și practica productivă. Divinația face legătura între toate tipurile de informații, ajută ființele umane să se adapteze la schimbările din mediul înconjurător și realizează pregătirea psihologică prin previziuni. Domnul Gao Heng a sugerat că textul de divinație din *Cartea Schimbărilor* era de același tip ca și inscripțiile oracolelor din Dinastia Shang (secolele XVI-XI î. Hr.) pe carapace de broască țestoasă sau pe oase de animale și era folosit în principal pentru a ghici lucruri despre lupte, ritualuri de sacrificiu, averi, căsătorii, mâncare și băutură etc. "Numerele din Marea Expansiune, (înmulțite împreună), fac 50" din *Marele Tratat despre Yi* este metoda divinatorie consemnată în *Cartea Schimbărilor.* Divinația s-a răspândit foarte mult în rândul oamenilor. În dinastia Han, metoda *Tai Yi Xing Jiu Gong* din care reiese misterioasa *Yi Wei: Qian Zoo Du* a fost foarte populară. *Qi Men Dun Jia* a fost dezvoltat. Aceasta include cele Trei Tulpini și cele Șase Ramuri, care sunt puse separat în cele Nouă Gong-uri. Cele Trei Tulpini sunt Yi, Bing, Ding din cele Zece Tulpini Cerești (folosite ca numere de serie, iar cele Șase Ramuri sunt Wu, Ji, Geng, Xin, Ren și Gui din cele douăsprezece Ramuri Terestre (folosite în combinație cu Tulpinile Cerești pentru a desemna anii, lunile, zilele și orele). Cele Trei Tulpini și cele Șase Ramuri sunt puse separat în cele Nouă Gonguri și sunt guvernate de Jia (prima dintre cele douăsprezece Ramuri Terestre). *Dun Jia* este folosit pentru a prezice norocul sau ghinionul și pentru a putea astfel să știi când sau cum să eviți ghinionul. Se mai numesc și *Scripturile Dun Jia*.

Figurile magice și incantațiile taoiste aparțin unei alte ramuri a divinației. În *Magic Figures and Incantations Scriptures* este o relatare a acestui punct. Cântarea incantațiilor a fost folosită în Qigong-ul taoist.

Divinația Ci din *Cartea Schimbărilor* este la originea divinației din sistemul Yi; iar în dinastiile Han și Song, divinația Yi a fost dezvoltată. Conținutul Yi este o teorie bazată pe Yin și Yang și pe cele cinci elemente, precum și pe relațiile de promovare și contracarare reciprocă a celor

cinci elemente; și este o ramură a teoriei schimbărilor. În dinastiile succesive, au existat multe cărți despre conținut sau divinație. O caracteristică a acestor cărți a fost că toate au folosit cele Opt Trigrame și Tulpinile cerești și Ramurile pământești, adică prin ceea ce se numea "Adoptarea metodei tulpinilor" și "Adoptarea metodei ramurilor" pentru a extinde relația dintre cele Opt Trigrame și obiecte și a prezice norocul sau ghinionul. Prin urmare, divinația a fost transformată într-un mister, iar fatalismul a fost amestecat în ea. Divinația în Dinastia Han își are de fapt originea în Meng Xi, un specialist în teoria schimbărilor din Dinastia Han de Vest. Modul său de divinație era să acorde cele 64 de hexagrame și 384 de poziții (ale hexagramelor) cu anii, anotimpurile, lunile și zilele. Cartea lui *Jiao despre Yi*, scrisă de Jiao Gan în timpul dinastiei Han, a fost strămoșul celor două ramuri ale schimbărilor și ale divinației, în care o hexagramă a fost extinsă în șaizeci și patru de hexagrame, iar apoi în 4 096 de hexagrame. Comentariul Jing't la Cartea Schimbărilor, scrisă de Jing Fang, este o carte relativ timpurie despre schimbări și divinație, scrisă în Dinastia Han. Învățat de Jiao Gan, Jing Fang a fost fondatorul "teoriei lui Jing" despre schimbări în Dinastia Han de Vest. Această carte cuprindea Yi Die Hun Bu Gua, Metoda Na Jia, Hexagramele termenilor solari etc.. Metoda divinatorie contabilizată în această carte a fost aceea de a lua cele Opt Trigrame ca opt Gong-uri, cu o trigramă pură care le guvernează pe celelalte șapte, schimbând unele în fiecare Gong și combinând hexagramele s embleme ale liniilor. Aceasta a devenit ulterior baza divinației.

Huang Ji Jing Shi, scrisă de Shao Yong în timpul dinastiei Song, poate fi clasificată drept o carte de previziuni. Este o carte despre schimbări și divinație care a avut o mare influență în timpul dinastiei Song și este un maestru al argumentării, al fizicii și al vieții. Ca o carte de deducție a fenomenelor astronomice, ea folosește douăsprezece trigrame care simbolizează cele douăsprezece perioade și deduce norocul sau ghinionul în funcție de perioade. Orice ascensiune și decădere, ordine și dezordine, pot fi prezise din simbolurile divinatorii. Această carte a avut o mare influență asupra matematicianului Cai Jitong, ale cărui cunoștințe de matematică i-au fost transmise, de către Shao Yong.

Divinația din *Cartea Schimbărilor*, pe lângă spațiu și poziție, pune accentul și pe timp. Fiecare trigramă este împărțită în șase poziții, fiecare purtând o anumită postură temporală, astfel încât pot fi prezise lucruri aflate în diferite stadii. Caracterul precis al timpului și al spațiului este avantajul previziunii din *Cartea Schimbărilor*. Prin urmare, previziunile din *Cartea Schimbărilor* reprezintă întruchiparea remarcabilă a gândirii orientale.

Motivul pentru care *Cartea Schimbărilor* este considerată o mare carte de metodologie este acela că este o carte despre previziuni, iar punctele de vedere despre previziuni se regăsesc în întreaga carte, care este întruchipată în *Marele Tratat despre Yi. Cartea Schimbărilor* expune trecutul și (ne învață să) discriminăm (problemele) viitorului; ea face - manifest ceea ce este minuscul și scoate la lumină ceea ce este obscur. "*Acea gheață solidă vine după forță*" este o bună întruchipare a metodei de predicție. Domnul Li Yan a sugerat că prognoza din *Cartea Schimbărilor* este "mai întâi vin numerele, apoi imaginile", și este "o previziune non-normală de tip cauză-efect".

În *Cartea Schimbărilor*, simbolurile iau locul limbajului. Aceste simboluri, inclusiv simbolurile divinatorii, simbolurile locurilor, harta Taiji, modelele de hexagrame suprapuse, cele 64 de trigrame și cele 384 de poziții ale hexagramelor, reprezintă un centru de informații și baza materială a divinației. În fiecare dinastie, cele opt trigrame au fost folosite în divinație și, de asemenea, utilizate pe scară largă pentru a prezice vremea, geografia, bolile, șansa sau soarta rea, norocul sau nenorocirea etc.. Existau multe metode de previziune, pe lângă cele consemnate în cărțile care au fost răspândite pe scară largă în rândul poporului. Printre cele consemnate în cărțile antice, *Qi Men Dun Jia* și *Liu Ren* sunt cele mai renumite, având caracterul de previziune ca unitate organică a timpului și spațiului. În cea mai veche utilizare a caracterelor chinezești, inscripții pe oase sau carapace de broască țestoasă din timpul dinastiei Shang, au existat relatări despre prognoza meteo folosind cele Opt Trigrame. Se spune că, în perioada celor Trei Regate (220 - 280 d.Hr.), Zhuge Liang, om de stat și strateg, a invocat vântul și ploaia, folosind cele Opt Trigrame pentru a ghici vremea.

În prezent, cele opt trigrame sunt folosite pentru a ghici condițiile meteorologice, bolile și norocul sau ghinionul. Arhitecții îl folosesc pentru a ghici cea mai bună locație a unei clădiri și se

spune că acesta are o anumită acuratețe, al cărei mister rămâne încă nedeslușit. Recent, unii au folosit cele Opt Trigrame pentru a ghici sexul fătului. Metoda este următoarea: se stabilesc pozițiile cerului și pământului în funcție de datele de naștere ale părinților: dacă data este un număr impar, poziția va fi o linie Yang; dacă data este un număr par, poziția va fi o linie Yin. Apoi, setați poziția omului în funcție de data sarcinii. Trei poziții formează o trigramă, apoi se decide dacă trigrama este Yin sau Yang în conformitate cu cele Opt Trigrame, astfel se deduce sexul fătului. Se spune că această metodă este eficientă într-o anumită măsură, (creată de Ma Qingyu, medic-șef la Spitalul Popular din comitatul Mengzi, provincia Yunnan). Astfel, este clar că prognoza poate fi utilizată în toate domeniile vieții. Pe scurt, *Cartea schimbărilor* conține bogate teorii și metode de prognoză După dezvoltarea și crearea în rândul oamenilor, prognoza, mare parte din ea fiind ascunsă, radiază de lumină. Merită să fie explorată și trebuie distinsă de superstiții.

Secțiunea 3. Metode divinatorii în Cartea Schimbărilor

I . Configurația unei trigrame

Metoda este consemnată în *Marele Tratat despre Yi*: "Numerele din Marea Expansiune, (înmulțite împreună), fac 50, din care (doar) 49 sunt folosite (în divinație). (Tulpinile care le reprezintă) sunt împărțite, în două grămezi, pentru a reprezenta cele două linii emblematice, sau cerul și pământul). Se ia apoi una (din grămada din dreapta) și se așează (între degetul Util al mâinii stângi și următorul), pentru ca astfel să fie simbolizate cele trei (puteri ale cerului, pământului și omului). (Grămada de pe ambele părți) este manipulată câte patru, pentru a reprezenta cele patru anotimpuri; apoi se întorc rămășițele și se plasează (între) cele două degete mijlocii ale mâinii stângi, pentru a reprezenta luna intercalară. În cinci ani există două intercalări și, prin urmare, se fac două operațiuni; iar apoi se repetă întregul proces. Prin urmare, prin intermediul celor patru operații este completat Eul. Este nevoie de optsprezece modificări pentru a forma o hexagramă. (Formarea) celor opt trigrame constituie mica completare (a Eului). Cu alte cuvinte, dacă se ia un bețișor de coada șoricelului din 50 și se folosesc cele 49 rămase pentru a diviniza, vor exista optsprezece schimbări, fiecare trei constituind o linie, optsprezece schimbări constituie șase linii și, prin urmare, se formează o hexagramă. Fiecare schimbare constă în patru pași:
1) se împart la întâmplare cele 49 de bețișoare alpine în două grămezi;
2) se pune unul deoparte din grămada din dreapta;
3) se împart separat grămezile din dreapta și din stânga în grupuri de câte patru;
4) se pun deoparte bețișoarele alpine rămase împreună cu cea de la pasul 2. Astfel se încheie schimbarea 1. Apoi se procedează la fel cu cele din grupele de patru pentru a finaliza schimbarea 2. Cei patru pași sunt aceiași ca și cei de la schimbarea 1. În mod similar, se finalizează schimbarea 3. Acum, numărul grupelor de patru este impar, adică linia Yang (neîmpărțită -). Dacă numărul este par, este linia Yin (divizată --). Astfel, fiecare trei schimbări constituie o linie, iar optsprezece schimbări constituie șase linii; configurația unei hexagrame este completă. Aceasta este o trigramă Origini! Apoi, putem consulta textele liniilor pentru a prezice norocul sau ghinionul. De exemplu, dacă avem Kan, putem consulta textul liniei despre Kan.

II. Trigrama schimbată

Conform *Marelui Tratat despre Yi*, "Cerului îi aparține (numărul) 1; pământului, 2; cerului. 3; pământului, 4; cerului, 5; pământului, 6; cerului, 7; pământului, 8; cerului, 9; pământului, 10. Există cinci numere care aparțin cerului și cinci care aparțin pământului. Numerele din aceste două serii corespund între ele (în pozițiile lor fixe), iar fiecare are un altul care poate fi considerat perechea sa - Numerele cerești însumează 25, iar cele terestre 30. Numerele cerului și ale pământului se ridică la 55. Prin acestea se efectuează schimbările și transformările, iar agențiile spirituale sunt menținute în mișcare. " În divinația Schimbărilor sunt schimbate trigrame în procedura de divinație. O trigramă schimbată este o trigramă Zhi, bazată pe trigrama originală. Trigrama schimbată trebuie să fie utilizată în funcție de schimbări și de Yao Ci (textul referitor la liniile individuale). Există 64 de trigrame în *Cartea Schimbărilor* și șase linii în fiecare trigramă, iar numerele fiecărei linii (pe care le obținem în configurația trigramei) nu sunt mai mult de 9, 8, 7 și 6. După ce obținem trigrama

originală, trebuie să obținem o trigramă modificată. 7 și 8 sunt numerele care nu au suferit modificări, în timp ce 9 și 6 sunt cele care au suferit modificări. Prin urmare, trebuie să căutăm trigrame schimbate dacă întâlnim 9 sau 6.

Cum obținem cele patru numere: 9, 8, 7, 6?

Așa cum am menționat mai sus, dacă linia este Yin sau Yang se decide după schimbarea 3, și există 4 condiții posibile ale numărului de grupuri de 4:
36 de bețișoare alpine: 9 (4x9 = 36), numit Lao Yang (schimbare)
32 de bețișoare alpine: 8 (4x8 = 32), numite Shao Yin (fără schimbare).
28 de bețișoare alpine: 7 (4x7= 28), numite Shao Yang (nu se modifică).
24 de bețișoare alpine: 6 (4x6 = 24), numit Lao Yin (schimbare).

Liniile de 7 sau 8 sunt cele ale lipsei de schimbare, în timp ce 9 și 6 sunt cele ale schimbării. Pentru a pregăti trigrama schimbată, numărul liniilor câștigate după fiecare 3 schimbări trebuie să fie unul dintre aceste 4 numere. Principiile de schimbare a trigramei sunt:

1) dacă toate numerele celor 6 linii sunt 7 sau 8, care sunt numere de neschimbare, se consultă trigrama originală;
2) dacă numărul 9 (Yang) se schimbă cu 6 (Yin); dacă numărul 6 (Yin) se schimbă cu 9 (Yang) și se consultă schimbările și Yao Ci din trigrama originală;
3) dacă toate cele 6 numere sunt 9 sau 6, atunci este vorba de o trigramă complet schimbată, deci nu este nevoie de modificări și Yao Ci aici, ci doar de schimbarea lui 9 în 6 sau 6 în 9, pentru a obține trigrama Zhi. Schimbați o trigramă cu o altă trigramă și consultați Gua Ci (judecăți) a trigramei rezultate.

Cum să îl schimbi pe Yao:
Pasul 1: obțineți 6 linii după 18 modificări și obțineți numerele fiecăreia dintre ele (9 sau 8 sau 7 sau 6), de exemplu, ䷬ este trigrama Jing.
Pasul 2: 55, numărul cerului și al pământului minus suma celor 6 numere, și obțineți numărul lui Ying. de exemplu, trigrama Jing ䷬, 55 - (8 + 9 + 9 + 8 + 8 + 7 + 7 + 8) = 55 - 47 = 8 (numărul de Ying). Numărați apoi numărul de Ying de jos în sus, apoi de sus în jos a trigramei, fiecare linie corespunzând unui număr, iar linia la care se termină numărătoarea este linia schimbată (Yao). De exemplu, în trigrama Jing ䷬ (trigrama originală), numărul de Ying este 8. Numărați 8 de jos în sus și de sus în jos din trigrama Jing. și încheiați numărătoarea la a cincea linie de jos, care este linia schimbată, și astfel trigrama Jing se transformă în trigrama Sheng ䷭ (trigrama schimbată), apoi consultați Yao Ci de la a cincea linie a trigramei schimbate.

III. Ce ***Ci*** trebuie consultat

După obținerea celor 6 poziții, dacă ar trebui să consultăm hotărârile trigramei originale sau textele de pe linia modificată a trigramei Zhi sau textele de pe linia modificată a trigramei originale depinde de următoarele:
1) dacă toate cele 6 linii sunt 7 sau 8, fără modificări, se consultă hotărârile trigramei originale;
2) dacă toate cele 6 linii sunt 6 sau 9, se schimbă toate, 6 în 9, 9 în 6, și se consultă hotărârile corespunzătoare ale trigramei Zhi;
3) dacă toate cele 6 linii, cu excepția celei de sus, sunt 6 sau 9; și nu există nicio linie schimbată, numărul lui Ying este 7 sau 8, consultați judecățile trigramei originale;
4) dacă o linie este o linie schimbată, consultați textul liniei schimbate din trigrama originală;
5) dacă există mai multe linii schimbate decât linii neschimbate, se consultă textele liniilor din trigrama Zhi (trigrama schimbată) ;
6) dacă există mai puține linii modificate decât linii de neschimbate, se consultă textele liniilor modificate ale trigramei originale;
7) dacă există 3 linii modificate și 3 linii de neschimbate, se consultă hotărârile atât ale trigramei originale, cât și ale trigramei modificate.

În general, procesul de divinație în *Cartea Schimbărilor* constă din Numere - Imagini (trigrame) - Deducție de concluzie (Metoda de divinație se bazează pe *Annotation of Book of*

Changes, New Research on Divination Methods of Book of Changes de Gao Heng).

Secțiunea 4 . Caracteristicile divinației din *Cartea Schimbărilor* și influența sa asupra previziunilor

Fiind cea mai veche metodă de previziune, divinația în *Schimbări* se caracterizează prin flexibilitatea cu care explică trigramele. Cele Opt Trigrame și cele 64 de trigrame formează un stoc imens de informații, astfel încât trigramele, liniile și textele din ea sunt atotcuprinzătoare și pot fi înțelese prin analogie. Natura bine informată are o semnificație pozitivă pentru previziunile psihologice. În plus, în conformitate cu textele liniilor individuale, se pot face previziuni etapizate de la linia de jos până la linia de sus, astfel încât metoda de previziune din Yi are avantaje în timp. Conform Cercului Hexagramelor și Cercului celor Opt Trigrame, metoda de prognoză în Yi poate prezice și direcțiile. Acest punct a fost dezvoltat pe deplin de metodele de prognoză ulterioare, cum ar fi cea din *Qi Men Dun Jia* și cea din *Liu Ren*. O altă trăsătură importantă a metodei de prognoză în Yi este, așa cum a spus domnul Li Yan, "*Prognoza non-normală de tip cauză-efect, înseamnă că mai întâi vin numerele, apoi vin imaginile*". Aceasta este o metodă de prognoză chineză distinctivă (metoda de prezicere a imaginilor cu ajutorul numerelor) și reprezintă o mare creație de conținut în *Schimbări*. În urma metodei de prognoză din Yi, metodele de prognoză au prosperat în dinastiile Han, Wei și Jin. Cărți celebre despre previziuni, cum ar fi *Comentariul lui Jing la Cartea Schimbărilor, Huang Ji Jing Shi*, *Qi Men Dun Jia*, *Liu Ren Da Quan* și așa mai departe, au apărut succesiv; diverse metode de prognoză s-au răspândit mult și bine în rândul oamenilor - Previziuni privind afacerile umane, fenomenele astronomice, semnele geomantice și așa mai departe, arta clasică de prognoză atotcuprinzătoare și multifațetată din *Schimbări* poate fi privită ca bază a prognozei în epocile ulterioare. Deși arta previziunii din *Schimbări* a fost considerată cândva o superstiție și a fost neînțeleasă pentru o vreme, embrionul de artă a previziunii cuprins în ea poate fi acceptat până la urmă ca fiind pionierul artei moderne a previziunii. Multe mistere ale metodelor de prognoză din *Schimbări* și ale diferitelor școli de prognoză dezvoltate pornind de la ea sunt încă confuze, iar poarta acestui misterios palat al prognozei încă ne așteaptă să o deschidem. Cu siguranță, explorarea nucleului rezonabil al artei clasice de prognoză în serie din *Schimbări* și dezvăluirea misterului, astfel încât să îl luăm ca pe o iluminare pentru a dezvolta arta modernă de prognoză în ascensiune, nu poate fi pusă în aceeași categorie cu superstiția. Ea nu are nicio legătură cu acei escroci care înșală oamenii prin previziuni.

În străinătate se înregistrează o recrudescență a cercetării și studiului *Cărții Schimbărilor*, iar arta de previziune a celor opt trigrame din ea a stârnit interesul cercetătorilor. Chan Yi Gong creat de un celebru artist chinez, Li Kuchan, este folosit de o sută de ani și se spune că este destul de eficient. Shao Weihua a relatat că, timp de mulți ani, folosind cele Opt Trigrame, el a prezis vremea, accidentele industriale, accidentele, oamenii dispăruți, bolile, viața și moartea, căsătoriile, dezastrele, succesul sau eșecul și așa mai departe și s-a dovedit destul de eficient. Este menționată în secțiunea 2, pentru a prezice sexul embrionului cu ajutorul celor Opt Trigrame, iar în Hong Kong și Taiwan, unii practică geomanția Fengshui cu ajutorul celor Opt Trigrame și o aplică în arhitectură. Faptele, care sunt prea numeroase pentru a le menționa individual, arată că arta previziunii cu Opt Trigrame are un viitor strălucit.

Secțiunea 5. Prognoza cu ajutorul Qigong-ului

Prognoza cu cele Opt Trigrame este efectul global al informațiilor și al psihologiei, precum și al reacțiilor biologice și fizice. În plus, trebuie luate în considerare interacțiunile dintre cel care prognozează și cel care este prognozat.

Capacitatea de prognoză poate fi îmbunătățită atunci când se integrează cu, în special, Qigong. Domnul Liu Dajun a sugerat: *În sutele de milioane de ani de evoluție a oamenilor antici spre omul modern, o mare parte din instinctul de previziune al ființelor umane a degenerat. Cu toate acestea, ființele vii păstrează o parte din aceste instincte. De exemplu, animalele pot prezice cutremurele, în timp ce ființele umane nu pot; nu că ființele umane nu au avut niciodată această abilitate, dar, nefolosite, aceste abilități au degenerat. Poate ființele umane să fie inferioare acestor*

animale? Dacă ființele umane nu ar fi avut niciodată abilități de previziune, nu ar fi supraviețuit acestor pericole și dezastre de nenumărate ori. Acest instinct se păstrează la foarte puțini oameni și este numit "facultate neobișnuită". Nu este nimic ciudat, căci este doar un atavism al inteligenței. Întotdeauna există rapoarte și povești în țară și în străinătate despre oameni cu aptitudini de previziune. Este imposibil ca toți oamenii din vechime să fi posedat această abilitate. Poate că doar unii oameni o aveau - Qigong-ul poate scoate la iveală facultățile neobișnuite ale omului, așa că este posibil ca Qigong-ul să trezească și să reînvie fosta abilitate de previziune a ființelor umane. Prin urmare, se va obține un efect minunat de prognoză dacă stâlpul Qigong-ului poate fi aplicat la prognoză în cooperare cu procesul de prognoză în timp și spațiu al celor Opt Trigrame din Cartea Schimbărilor și dacă se folosește de interacțiunea mentală, biologică și fizică dintre cel care prognozează și ceea ce este prognozat. Probabil, acesta va fi un nou domeniu de dezvoltare, mentenanță a Qigong-ului. În procesul de prognoză, dacă folosim pe deplin cel de-al șaselea simț, efectele prognozei vor fi cu siguranță îmbunătățite.

Metoda este următoarea: cel care prognozează stă liniștit (sau așezat liniștit) cu fața spre sud, își reglează respirația, se debarasează de gândurile care îl distrag, închide ochii și își imaginează, iar gândurile foarte concentrate asupra celui prognozat sau a ceea ce este prognozat, apoi intră în starea de Qigong. Când există o reacție de transfer de senzație distinge dacă este negativă (Yin) sau pozitivă (Yang) și face o analiză și o judecată:

I . Judecați calitatea: dacă reacția este pozitivă, adică se simte o senzație plăcută, corpul ușor și plutitor, pielea caldă, corpul ușor tremurând, toate aceste simțuri simbolizează succesul și finețea. În caz contrar, dacă există o reacție negativă, de exemplu, cineva se simte deprimat, corpul greu și scufundat, și apatic, precum și rece, acestea simbolizează eșecul, și adversitatea.

II . Judecați direcția: aranjamentul ulterior al celor opt trigrame din *Cartea Schimbărilor* trebuie ajustat. Cel care face previziuni stă în centrul celor Opt Trigrame, cu fața spre sud, și judecă direcțiile în funcție de direcția din care vine reacția și de cele Opt Trigrame. De exemplu, dacă reacția vine spre el, este Li (Sud); împotriva lui, este Kan (Nord); îndreptată spre partea stângă a lui, este Zhen (Est); îndreptată spre partea dreaptă a lui, este Dui (Vest); iar cele din celelalte 4 direcții, sunt Yin (Nord-Est), Xun (Sud-Est), Kun (Sud-Vest), și Qian (Nord-Vest).

III. Judecați timpul: este decis de viteza de apariție a reacției. Dacă vine repede, înseamnă că va fi în viitorul apropiat; dacă vine încet, înseamnă că va fi în viitorul îndepărtat. În funcție de aspectele specifice, se pot face analize suplimentare asupra timpului specific.

Cu cele Opt Trigrame, dacă trebuie să se decidă doar pozițiile, nu este nevoie să se consulte judecățile. În judecarea afacerilor umane, se poate recurge la tactici psihologice prin cooperarea cu textele de divinație.

Nu toți suntem capabili de aceste metode, ci doar cei care și-au activat potențialul aptitudinilor de previziune în starea de Qigong. Cu toate acestea, unii oameni pot face acest lucru după ce au exersat Qigong-ul și au primit pregătire. Aceasta pentru că suntem cu toții ființe umane, la fel cum mulți copii, după antrenament, pot "reacționa cu urechile". Deoarece starea de Qigong nu este uneori stabilă, previziunile eșuează adesea și, prin urmare, prezintă un mister profund care trebuie explorat.

În ultima vreme, deși există sateliți artificiali, rachete și nave spațiale, telecomunicații, radare și alte aparate avansate utilizate în telemetrie, se pune accent doar pe metodele fizice. În prezent, dezvoltarea științei nu s-a ridicat la nivelul transferului de simțuri biologice și fizice, astfel încât capacitatea de prognoză este destul de limitată. Odată cu dezvoltarea rapidă a științei, ar trebui să aplicăm cea mai avansată tehnologie, fără a ignora, în același timp, iluminarea străveche. Prin urmare, va exista o joncțiune între macro și micro, precum și între metodele moderne și cele antice.

Probabil, în unele domenii care nu pot fi explorate cu echipamente moderne, metodele antice sunt disponibile - din cauza lipsei de echipamente avansate pe care să se bazeze, ființele umane au trebuit să dezvolte diverse abilități de apărare și previziune, conținând teorii științifice și fiziologice. Explorând această abilitate degenerată, dezvăluind aceste mistere și înarmându-le cu echipamente moderne, perspectivele previziunilor științifice vor fi vaste.

Până în prezent, nimeni nu poate combina metodele antice de prognoză cu știința și

tehnologia modernă avansată. Orice savant care poate integra cele mai avansate metode moderne de prognoză cu sistemul de prognoză al celor Opt Trigrame din Cartea Schimbărilor va aduce cu siguranță mari contribuții la știința prognozei. În consecință, va exista un mare progres în ceea ce privește prognozarea cutremurelor, a bolilor, a vremii, a arhitecturii, a afacerilor umane, a dezastrelor și a accidentelor. Faptele menționate mai sus, atât în țară, cât și în străinătate, realizările obținute în ceea ce privește prognoza orbitelor și a mișcării planetelor, noua perioadă a elementelor, structura celor 8 electroni și așa mai departe, toate acestea sugerează că sistemul de prognoză a celor opt trigrame din Yi conține un domeniu larg atât în aspectele macro, cât și în cele micro.

Deoarece savanții chinezi și străini care aplică sistemul de prognoză a celor Opt Trigrame au obținut realizări remarcabile în astronomie, chimie și biologie, ne putem aștepta la evoluții epocale în ceea ce privește prognoza geologiei, a vremii, a bolilor și a afacerilor umane. Împreună cu explorarea științei corpului uman, acest lucru se va întâmpla cu siguranță.

(Traducere de Zhao Chenwei)

Capitolul 15

Cartea schimbărilor și a previziunilor Științei medicale a TCM

Secțiunea 1. Fizionomia în MTC

Fizionomia în MTC, care se referă de fapt la citirea craniului și a feței cuiva, include în principal citirea craniului, a feței, a sprâncenelor, a nasului, a gurii, a filtrum-ului*, a ochilor, a urechilor, a părului și așa mai departe, și aparține examinării cu ajutorul ochilor în MTC. Aceste părți ale corpului pot prezice nu numai diverse boli, ci și viața și moartea cuiva, precum și temperamentul cuiva, într-o anumită măsură.

Fizionomia, practica de prezicere a bolilor și a vieții și morții prin citirea feței cuiva, are o mare valoare în MTC. "*Ceea ce este în interior trebuie să se reflecte în exterior*". Aceasta este aplicația specifică a "*prezicerii celor ascunse din aparență*" și aparține metodelor de previziune a percepției. În antichitate, au existat înregistrări despre Bian Que (un medic antic renumit, în jurul anului 500 î. Hr.) care a diagnosticat boala prințului moștenitor prin observare și prin simțirea pulsului acestuia, așa cum se spune în *Canonul de medicină al împăratului*: "Cel care observă și cunoaște bolile este un medic foarte priceput". Fața este partea reprezentativă în diagnosticarea bolilor prin observare, deoarece aici se conturează canalele și colateralele. "*Cele douăsprezece canale și 365 de colaterale ale corpului uman, din care toate Lemnul și Qi (energia vitală) converg în față și se varsă în diferite orificii - fluidele corporale fumegă și curg în față*". Prin urmare, în *Canonul de medicină al Împăratului*: Xie Qi Zang Fu Bing Xing, se spune. "*Meridianele Yang ale mâinilor și picioarelor converg în față*". Canalele și colateralele sunt punți între organele interne, astfel încât fața reflectă în mod central starea esenței vitale și a energiei organelor interne. Așadar, fața este o oglindă a organelor interne și centrul diferitelor părți ale corpului, precum și calea care leagă cele cinci organe Zang (inima, ficatul, splina, plămânii și rinichii). Un înțelept din trecut spunea: "*Qi-ul și vitalitatea cuiva este ascunsă în inimă în timpul nopții și văzută în ochi în timpul zilei*". Există articole speciale în *Canonul de medicină al împăratului* despre prezicerea vieții și a morții și a bolilor prin observare. De exemplu, *Pivotul spiritual: Cinci culori* spune: "*Puntea nasului se umflă în sus și este dreaptă și regulată, cele cinci organe Zang sunt distribuite în ordine de-a lungul liniei centrale a punții, iar cele șase organe Fu (vezica biliară, stomacul, intestinul gros, intestinul subțire, vezica urinară și triplul energizant) de-a lungul celor două laturi ale sale, capul se află în zona dintre sprâncene și partea centrală a frunții, iar inima se află sub zona dintre*

* șanțul vertical dintre baza nasului și marginea buzei superioare.

sprâncene. Dacă cele cinci organe Zang sunt în stare bună". Adică, din față putem determina starea organelor interne. Tot în *Pivot spiritual: Cinci culori*, se spune că "Scufundarea adâncă în os este semnul bolilor inevitabile; dacă există o culoare de tranziție, aceasta arată că, chiar dacă boala este foarte gravă, nu va provoca moartea". Scufundarea și schimbarea de culori sugerează boli în părțile corespunzătoare. De asemenea, în *Cinci culori*, se spune că cei care au organele de simț clare trăiesc mult timp: "*Mingtang este nasul; Que, zona dintre sprâncene; Ting, fruntea; Fan, partea exterioară a obrajilor; Bi, zona din fața tragus-ului*[*]*. Dacă aceste părți ale unui om sunt regulate și bine dezvoltate și pot fi văzute clar la zece pași distanță, el va trăi cu siguranță mult, până la peste 100 de ani*". Acesta este așa-numitul aspect de viață lungă. Există relatări certe în *Pivotul spiritual: Wu Yue Wu Shi*: "*Culorile celor cinci organe de simț sunt clare. Centrul frunții trebuie să fie larg și plin de volum, astfel încât cele cinci culori să poată fi determinate de la nas. Dacă cineva are un nas lat, obrajii și trapezii săi apar în afară, mușchii sunt groși și plini, lobii urechilor privesc în jos și în afară, cele cinci culori sunt normale și cele cinci organe de simț sunt regulate, va trăi cu siguranță o viață lungă*". Aceasta este o înfățișare bună și cu viață lungă. Dimpotrivă, "*Dacă cele cinci organe de simț nu sunt clare, centrul frunții nu este lat, iar nasul este îngust, obrajii și tragusurile apar spre interior, mușchii sunt subțiri, lobii urechilor și unghiurile superioare se întorc spre exterior, omul cu o astfel de înfățișare, chiar dacă are o stare normală a pulsului și un ten normal, este slab; cu atât mai puțin atunci când este bolnav*". Aceasta este o înfățișare proastă sau de moarte timpurie. Pe scurt, cele cinci organe de simț regulate, contururile clare și fața plinuță și strălucitoare sugerează o durată lungă de viață; în timp ce cele cinci organe de simț neregulate, contururile neclare și fața subțire și mohorâtă sugerează o moarte tânără. (A se vedea figura 15-1).

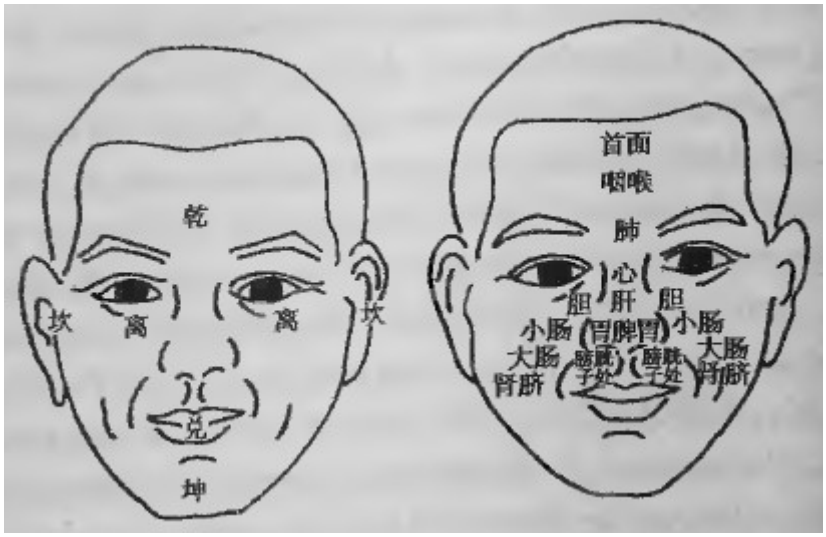
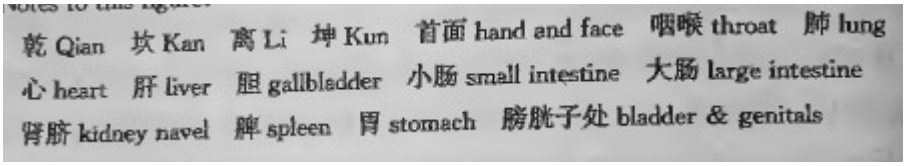


Figura 15-1. Organele interne și fața

Note la această figură:



S-a dovedit în practică că fizionomia este importantă în cunoașterea unui om. Fruntea lată și Qi plin în frunte sugerează un creier bine dezvoltat, suficient creier și multă inteligență; în timp ce un cap ascuțit, o frunte îngustă, o distanță mică între cele două sprâncene sugerează un creier prost dezvoltat și o inteligență scăzută. Ochii sunt ca soarele și Luna corpului. Acei ochi cu energia vitală și esența ascunsă, albul și negrul puternic contrastate, pupilele așezate și regulate, iar vederea ascuțită, sugerează noroc. Nasul este ca un munte în mijloc, aparținând elementului Tu (pământ).

---

* O proeminență pe partea interioară a urechii externe, în fața și închiderea parțial a trecerii către organele auzului.

Este exteriorul feței și deschiderea corpului plămânilor. Nasul cu vârful rotund, puntea înaltă și regulată, nările care nu se întorc în sus și întregul nas cu aspect plin și roșiatic, înseamnă o viață lungă. Gura este ca poarta unui oraș. O gură cu aspect regulat și dinții care nu se văd atunci când gura se închide, precum și buzele de un roșu aprins, înseamnă noroc. Urechile fac legătura între creier și inimă. Ele adună informații pentru inimă și acționează ca deschidere a corpului rinichilor. Dacă pavilionul urechii este mare, gros, strălucitor și roșcat, iar lobii urechilor sunt plinuți și atârnă ca două perle, înseamnă o viață lungă. A avea sprâncene stufoase și negre și lungi, ale căror capete par pline, înseamnă noroc. La fel ca în *Shen Xiang Quart Pian*, "*Yin tang, la mijlocul intervalului dintre sprâncene, trebuie să arate purpuriu și plinuț, sprâncenele să se întindă lin*", iar *Ren Mian Zong Lun* precizează și el acest aspect: "*Yin tang și partea centrală a frunții cu Qi plin și cu aspect luminos înseamnă noroc*". Ren zhong, dacă are un aspect lat, lung și luminos, înseamnă o durată lungă de viață. La toate aceste puncte se poate face referire pentru a deduce viața și moartea cuiva. (A se vedea figura 15-1.)

I . Citirea craniului și a feței

Formele craniului și ale feței sunt împărțite în patru grupe: coroană rotundă și față eliptică, coroană rotundă și față rotundă, coroană rotundă și față pătrată și coroană rotundă și față ascuțită; temperamentul cuiva poate fi prezis în funcție de forme. De exemplu, cei cu coroana rotundă și fața rotundă sunt, de obicei, direcți și binevoitori, sârguincioși și conștiincioși și sunt oameni de acțiune; cei cu coroana rotundă și fața eliptică sunt activi și inteligenți și sunt vorbăreți; cei cu coroana rotundă și fața pătrată sunt fermi, sinceri și stăpâni pe sine; cei cu coroana rotundă și fața ascuțită sunt vicleni și profunzi din fire.

Există o mulțime de relatări în China antică despre deducerea vieții și a morții cuiva, precum și a temperamentului în funcție de formele craniului și ale feței. În *Canonul de medicină al împăratului*, se susține că un om cu capul mic și fața lungă și cu o decolorare albăstruie a tenului este un om al Lemnului, care este înzestrat și capabil, prea bănuitor, prea nerăbdător, lipsit de putere, activ primăvara și vara și inactiv toamna și iarna. Un bărbat cu fața ascuțită și tenul roșiatic este un om de Foc, care este energic, vioi, iute la minte, nerăbdător, nu va trăi mult și va avea o moarte subită. Un bărbat cu capul mare, fața rotundă și tenul decolorat în galben este un om de Pământ, care este statornic, cinstit, sincer, sârguincios și conștiincios. El face întotdeauna o muncă solidă. Un bărbat cu fața pătrată și tenul alb este un om de Metal, care este introvertit, viclean și calm. El ar putea fi cu ușurință un bun funcționar, activ toamna și iarna, inactiv primăvara și vara. Un bărbat cu fața aspră, capul mic și tenul închis la culoare este un om de Apă, care tinde să ascundă mai degrabă decât să dezvăluie, are o dispoziție sumbră și este activ toamna și iarna, inactiv primăvara și vara (*Pivot spiritual: Yin Yang Douăzeci și cinci de tipuri de persoane*).

Înțelepții din trecut au oferit multe expuneri strălucite despre citirea formelor craniului și ale feței: capul este partea onorabilă a corpului, nucleul oaselor corpului și confluența tuturor meridianelor Yang. Cele cinci părți care reprezintă cele cinci elemente, sunt înalte și pline, simbolizând cerul nobil. Fruntea se umflă înaltă și groasă, linia părului pare plină, iar oasele sunt înalte, acesta este un aspect de noroc și viață lungă. De asemenea, următorul text este de referință: "*Un bărbat cu o înfățișare puternică, coroana este rotundă și groasă, abdomenul și spatele sunt pline, fruntea este netedă și pătrată, buzele sunt roșii și dinții sunt albi, urechile sunt rotunde ca niște roți, nasul este drept ca o vezică biliară, iar albul și negrul din ochii săi sunt clare. Puntea nasului trebuie să fie regulată și dreaptă, Yin tang (situat între sprâncene) este netedă,* ***radix nasi*** *trebuie să se unească cu Yin tang, podul nasului trebuie să fie bombat înalt,* ***apex nasi*** *să fie rotund și plin, și să semene cu o vezică biliară atârnată sau cu un bambus tăiat uniform, a cărui culoare trebuie să fie galben strălucitor; gura trebuie să fie pătrată și largă, iar buzele roșii*" (*Ma Yi Xian Sheng Ren Xiang Pian de Lu Yun* în dinastia Ming).

Se relatează că un german pe nume Gull și asistentul său Spool au înaintat și dezvoltat teoria conform căreia: *fiecare "spirit și abilitate" a unui om este strict localizată în părți de pe cortexul cerebral. Condițiile de dezvoltare a acestor părți se vor reflecta pe suprafața craniului*. Astfel, Gull, a împărțit în mod nebunesc craniul în peste 30 de părți, cum ar fi "inteligența, lăcomia, bunătatea,

speranța și așa mai departe", formând astfel binecunoscutul Sistem de aspect al craniului (*Realizarea dialectică a funcției cortexului cerebral de Qin Chao, de Qin Chao, Medicină și Fiziologie, 16 ianuarie 1985*).

Deși relația dintre moralitate și aspectul craniului nu seamănă cu ideea lui Gull, ceea ce sugerează totuși valoarea științei aspectului craniului, care poate reflecta cel puțin dezvoltarea creierului.

II . Citirea tenului

Tenul este reflexia exterioară a Qi și a sângelui (energia vitală) din organele interne. Esența și energia vitală a corpului, transmise de Qi și sângele din sistemul de meridiane, înfloresc în exteriorul corpului, la fel cum "Sângele își are manifestarea în ten, Qi-ul își are manifestarea în strălucire. Astfel, este clar că Qi și sângele din interiorul și din exteriorul corpului uman sunt legate, iar prin citirea tenului putem deduce starea esenței vitale și a energiei organelor interne, așa cum se spune în *Wang Zhen Zun Jing*: "Cele cinci culori ale tenului corespund celor cinci organe Zang, precum rădăcinile, ramurile și frunzele". Fața este centrul canalelor și al colateralelor, "cele douăsprezece canale și 365 de colaterale ale corpului uman, din care sângele și Qi converg în față și se varsă în diferite orificii - lichidul corporal emană și aburește în față". Prin urmare, fața poate reflecta starea esenței și energiei vitale a corpului uman.

Un medic de MTC, atunci când practică fizionomia, pune un mare accent pe citirea tenului, care este reflectarea activităților vitale ale organismului, precum și simbolul extern al stării Qi și a sângelui din organele interne. Prin întunericul, strălucirea, dezvăluirea și ascunderea tenului, se poate deduce ușurința, adversitatea, norocul și ghinionul viitor. Tenul poate reflecta cu promptitudine răceala și căldura, deficiența și excesul de boli, precum și creșterea și descreșterea, viața și moartea esenței și energiei vitale. În practica clinică, un ten mohorât sugerează că esența vitală și energia organelor interne nu pot înflori în exterior - deficiența organelor interne se reflectă în exterior în ten, astfel că din modificările tenului putem observa schimbările din organism. De exemplu, se spune în *Întrebări simple: Ci Re*, "Pentru un pacient cu căldură în ficat, obrazul stâng devine roșu; pentru un pacient cu căldură în inimă, fruntea lui se înroșește mai întâi; în ceea ce privește un pacient cu căldură în splină, nasul se înroșește mai întâi; un pacient cu căldură în plămâni va vedea primul roșu în obrazul drept; un pacient cu căldură în rinichi, va vedea mai întâi partea inferioară a obrajilor înroșindu-se".

În timp ce citește tenul, un medic de MTC pune un mare accent pe citirea vitalității tenului. Tenul cu vitalitate arată luminos și neted, conținând vitalitatea fără a o dezvălui, așa cum se spune în *Întrebări simple: Cinci Zang*: "*(Culoarea tenului,) albăstrui ca penele unui pescăruș, roșu ca culoarea unei creste de cocoș, galben ca culoarea abdomenului unui crab, alb ca culoarea grăsimii unui porc și închis ca pana unui corb simbolizează vitalitatea*". Aceste culori simbolizează viața lungă și norocul. Tenul lipsit de vitalitate, cu aspect sumbru, slab și palid, și dezvăluit temeinic, simbolizează moartea timpurie și ghinionul, după cum se spune în *Întrebări simple: Mai Yao Jing Wei Lun*: "În ceea ce privește culoarea tenului, roșul ar trebui să arate ca un cinabru acoperit cu mătase albă, dar nu ca un ocru; albul ar trebui să arate ca o pană de gâscă, dar nu ca sarea".

Culoarea mohorâtă dezvăluită temeinic se numește ten de epuizare viscerală. Potrivit *Canonului de medicină al împăratului*, tenul de epuizare viscerală al ficatului este "albăstrui ca culoarea ierbii ofilite"; cel al splinei este "galben ca culoarea unei portocale amare încă necoapte"; cel al inimii este "roșu ca culoarea sângelui închegat", cel al rinichilor este "întunecat ca culoarea cărbunelui". Tenul de epuizare viscerală sugerează epuizarea esenței și energiei vitale a organelor interne. În practica clinică, tenul de epuizare viscerală este întotdeauna sumbru și sugerează boli grave, de aceea este numit și tenul morții. Dacă un pacient care a zăcut mult timp la pat poartă brusc un ten ciudat și arată delicat și fermecător, ca și cum ar fi fost machiat cu folosirea substanțelor nutritive rafinate, este de fapt ultima zbatere a muribundului, iar acest ten, numit "ten de machiaj", este de rău augur al bolilor. Deci, în *Întrebări simple: Mai Yao Jing Wei Lun*, "Tenul de epuizare viscerală a tuturor celor cinci organe Zang înseamnă moarte iminentă". Acest lucru este demn de luat în seamă.

Pe lângă prezicerea vieții și a morții, a norocului și a ghinionului, citirea tenului poate fi folosită ca o referință în clasificarea temperamentelor în MTC, adică un anumit ten simbolizează un anumit temperament. De exemplu, cei cu tenul roșcat sunt în mare parte oameni de Foc, cei cu tenul albăstrui sunt în mare parte oameni de Lemn, cei cu tenul gălbui sunt în mare parte oameni de Pământ, cei cu tenul închis sunt în mare parte oameni de Apă, iar cei cu tenul alb sunt în mare parte oameni de Metal. Aceasta este, de asemenea, afirmat în *Pivotul spiritual: Yin Yang Douăzeci și cinci de feluri de persoane* și se poate observa că fizionomia în MTC este bogată și variată și are propriile trăsături distinctive.

III. Citirea sprâncenelor

Sprâncenele indică rinichii și, prin urmare, sunt semnul extern al rinichilor. Plămânii influențează pielea și părul, astfel încât sprâncenele sunt semne atât ale rinichilor, cât și ale plămânilor, reflectând în același timp creșterea și descreșterea Qi și a sângelui. Prin urmare, sprâncenele sunt semne importante care dezvăluie deficiența rinichilor și sugerează îmbătrânirea. Din grosimea, lungimea, culoarea și strălucirea ochilor, a sprâncenelor, precum și din distanța dintre sprâncene, putem deduce constituția și dispoziția cuiva. De exemplu, un bărbat cu sprâncene stufoase este de obicei energic și are o constituție puternică; un bărbat cu sprâncene rare nu este de obicei la fel de energic și are o constituție relativ slabă; un bărbat cu sprâncene stufoase și scurte este de obicei nerăbdător și are tendința de a se enerva, și este adesea prins brusc într-o boală gravă; un bărbat cu sprâncene lungi și subțiri este de obicei docil și are o reacție lentă; un bărbat cu sprâncene care arată în jos: "\ /" este de obicei feroce și dur; un om cu sprâncenele care arată în sus " / \" este de obicei timid și slab de voință; un om cu sprâncenele în formă de mătură este de obicei viclean; un om cu sprâncenele între care distanța este relativ lungă este de obicei cu mintea largă; un om cu sprâncenele între care distanța este relativ scurtă este de obicei cu mintea îngustă.

IV. Citirea ochilor

Ochii sunt ca niște ferestre către inimă și oglinzi externe ale organelor interne. "Părintele medicinei occidentale" Hipocrate spunea: "Privirea ochilor indică starea corpului". Acest lucru subliniază importanța ochilor în corpul uman. Ochii sunt centrul important de informații al corpului uman și au diverse legături cu organele interne, după cum se spune în *Pivotul spiritual: Xie Qi Zang Fu Bing Xing*: "În cadrul celor douăsprezece canale și 365 de colaterale ale corpului uman, din care tot sângele și Qi converg în față și se varsă în diferite orificii, Qi-ul vital se varsă în ochi, astfel încât ochii pot vedea lucruri." *Pivot spiritual: Chestionarea* spune: "Ochii sunt un loc în care converg multe meridiane ... ", acest lucru sugerează, de asemenea, că ochii sunt strâns legați de organele interne, și astfel, în *Pivot spiritual: Wu Long Jin Ye Bie* se spune: "ochii reflectă condițiile organelor vitale ale corpului uman".

Citirea ochilor se referă în principal la citirea expresiei din ochi. Expresia este legată de inimă și se reflectă în ochi, care exprimă sentimentele cuiva. După cum a spus Ikhard Hayes de la Universitatea din Chicago, "din poziția anatomiei, ochii sunt prelungirea creierului". Expresia din ochi poate reflecta temperamentul cuiva. De exemplu, cei cărora le place să se uite în jur-rapid și strălucesc de sănătate și radiază de vigoare sunt de obicei oameni de Foc; cei care au ochi strălucitori și pătrunzători și par calmi și relaxați sunt de obicei oameni de Metal; cei care privesc în dreapta și în stânga și par sănătoși și viguroși, sunt de obicei oameni de Lemn; cei care se uită în jur încet și nu privesc în lateral sunt de obicei oameni de Pământ; cei care au o privire profundă și par absorbiți sunt de obicei oameni de Apă.

În plus, cei cu ochii ale căror colțuri atârnă în sus sunt de obicei curajoși, cei cu ochii care se deschid mereu larg și arată ca ochii unui tigru sunt de obicei feroce și duri, cei cu ochi în formă de triunghi sunt de obicei perfizi, cei cu ochi lungi și subțiri sunt de obicei blânzi și plăcuți, iar cei cu ochi mici și rotunzi sunt de obicei inteligenți.

În plus, conform celor Opt Trigrame din *Cartea Schimbărilor*, cele șase organe Fu sunt combinate cu cele opt regiuni ale ochilor pentru a observa starea organelor interne în MTC. Acestea au anumite caracteristici distinctive. Cele opt regiuni ale ochiului aparțin separat celor șase organe

Fu, precum și pericardului și Mingmenului, și sunt numite regiunile apei, vântului, cerului, pământului, focului, tunetului, mlaștinii și muntelui. Cele opt regiuni ale ochilor sunt combinate cu cele Opt Trigrame: regiunea apei, numită și regiunea fluidului corporal, se referă la pupila ochiului, corespunzând lui Kan ☵, și este legată de vezica urinară; regiunea vântului, numită și regiunea hranei și a transformării, se referă la pupila, corespunzând lui Xun ☴, și este legată de vezica biliară; regiunea cerului, numită și regiunea transmisiei, se referă la albul ochiului, corespunzând lui Qian ☰, și este legată de intestinul gros; regiunea pământului, numită și regiunea dietei, se referă la pleoapele superioară și inferioară, corespunzând lui Kun ☷, și este legată de stomac; regiunea focului, numită și regiunea lui Bao Yang, se referă la cantusul interior*, corespunzând lui Li ☲, și este legată de intestinul subțire; regiunea tunetului, numită și regiunea porții și a sursei, se referă la cantusul interior, corespunzând lui Zhen ☳, este legată de Mingmen; regiunea mlaștinii, numită și regiunea păcii, se referă la cantusul exterior, corespunzător lui Dui ☱, și este legată de triplul energizant; regiunea muntelui, numită și regiunea Hui yin, se referă la Wai Jie, corespunzătoare lui Gen ☶, și este legată de colateralele uterului. (Figura 12-3,12-4).

V . Citirea nasului

Nasul se află în centrul feței și este important în diagnosticarea prin observarea facială. Așa cum se spune în *Pivot spiritual: Cinci culori*: "Schimbările celor cinci culori iau nasul drept criteriu", nasul este criteriul observației faciale.

Tenul poate fi decis de nas, iar semnificația inspecției nazale constă în faptul că nasul este un loc unde se adună esența vitală și energia celor cinci organe Zang, vârful nasului corespunzător splinei și stomacului, rădăcina nasului inimii și plămânilor, zona din jurul nasului celor șase organe Fu, iar zona de sub nas organelor de reproducere. Prin urmare, nasul este important pentru a reflecta schimbările de esență vitală și de energie ale organelor interne. Nasul, gura și ombilicul sunt toate plasate în mijloc și corespund una alteia, așa că sunt importante în diagnosticarea splinei. Nasul poate prezice într-o anumită măsură viața și moartea cuiva. De exemplu, dacă puntea este înaltă și regulată, nasul pare plin și roșcat, vârful nasului este rotund, iar nările nu se răsucesc, înseamnă o viață lungă; în timp ce dacă nasul este plat și neregulat, vârful nasului nu este rotund, nările se răsucesc, iar nasul pare subțire și mohorât, înseamnă o moarte timpurie.

În plus, forma nasului are legătură cu temperamentul cuiva. De exemplu, un nas care arată ca cel al unui tigru înseamnă curaj, cel ca al unui dragon înseamnă noroc, iar cel ca al unei vezicule biliare atârnate înseamnă abilități deosebite; un nas acvilin înseamnă trădare, un nas care arată ca cel al unei maimuțe înseamnă curiozitate, ca cel al unui bou înseamnă toleranță, un vârf al nasului ascuțit înseamnă descurcăreț, un pod înalt înseamnă o mare ambiție, un nas gras înseamnă lipsă de ambiție, un vârf al nasului rotund înseamnă franchețe și onestitate. Acestea pot oferi referințe pentru cercetătorii în domeniul temperamentului.

VI. Citirea buzelor

Buzele sunt ca o oglindă a mușchilor corpului uman și sunt o parte fundamentală a mușchilor. Splina indică starea mușchilor, iar buzele sunt deschiderea exterioară a splinei. Așadar, prin citirea buzelor, putem deduce starea mușchilor. Dacă buzele au un aspect posomorât și mohorât, ele indică o deficiență de fluide în mușchi; dacă buzele au un aspect roșiatic și luminos, ele indică o suficiență de Qi și sânge în mușchi; dacă buzele se întorc spre exterior, ele indică o necroză a mușchilor. Așadar, în *Pivotul spiritual: Jing Mai*, se spune: "Dacă energia vitală a meridianului splinei este epuizată, meridianele nu pot hrăni mușchii, prin urmare, mușchii vor deveni slăbiți. Deoarece buzele și limba sunt părțile fundamentale ale mușchilor, limba se va atrofia în timp ce *filtrum*-ul se va umfla și, în consecință, buzele se vor întoarce spre exterior, ceea ce indică necroza mușchilor. De asemenea, în medicina modernă se susține că buzele, cu capilare sanguine abundente, pot reflecta sensibil bolile din organele interne. Zona din jurul buzelor se numește *Sibai*-ul buzelor și este foarte sensibilă în reflectarea creșterii și scăderii Qi-ului și a sângelui în organele interne. În *Întrebări câmpenești: Liu Jie Zang Xiang Lun*: spune: "Splina este

* colțul exterior sau interior al ochiului, unde pleoapele superioare și inferioare se întâlnesc.

indicată în zona din jurul buzelor". În practica clinică, dacă zona din jurul buzelor are un aspect cenușiu, aceasta indică o deficiență de Yang (funcție vitală) în inimă; dacă zona respectivă are un aspect albăstrui, indică otrăvire; dacă zona respectivă are un aspect palid, indică o deficiență de Qi și sânge. Buzele, ca perete al gurii și poartă de intrare a limbajului, trebuie să fie cărnoase, cu pielea netedă, roșie, proaspătă și regulată. Forma buzelor poate reflecta temperamentul cuiva - de exemplu, buzele care arată ca în caracterul chinezesc:

înseamnă abilitate, buzele care arată ca cele ale unui tigru înseamnă o dispoziție feroce, buzele care arată ca cele ale unui bou înseamnă onestitate și bunătate, cele ca ale unei maimuțe înseamnă suspiciune; buzele groase înseamnă franchețe și onestitate, buzele subțiri înseamnă inteligență.

VII. Citirea philtrum-ului

Fiind cea mai importantă parte a inspecției faciale, *philtrumul*, unde canalele și colateralele se încrucișează și Qi și sângele converg, poate reflecta starea rinichilor, a *Mingmen*-ului și a Yang Qi. Aspectul și tenul *philtrum*-ului pot determina viața și moartea cuiva și pot sugera creșterea și scăderea esenței și energiei vitale. În *Pivot spiritual: Cinci culori*, se spune că "zona de sub nas corespunde vezicii urinare și organelor de reproducere". Acest lucru evidențiază relația dintre *philtrum* și sistemele urinar și reproducător. Dar, de fapt, *philtrum*-ul are o relație mai profundă cu corpul uman. În cadrul observațiilor clinice, autorul a constatat că *philtrum*-ul este strâns legat de centrul vieții și de sistemul intern. De exemplu, un pacient cu epuizare a esenței de stimulare sexuală și deficiență a vaselor Arteră și Concepție, are un *philtrum* care are un aspect brun închis sau poartă pete întunecate plate; pentru un pacient cu deficiență a cortexului suprarenal, cum ar fi pacienții cu sindromul Adison sau sindromul Xihan, *philtrum*-ul are de obicei un aspect slab închis sau poartă pete întunecate plate. În special, pacienții cu epuizare a Qi-ului de rinichi vor avea *philtrum*-uri cu aspect întunecat. Prin urmare, întunericul din *philtrum* indică adesea declinul focului din poarta vitală și epuizarea Qi-ului renal. În documentele antice, găsim "*philtrum* întunecat înseamnă moarte". Așadar, *philtrum*-ul este adesea privit ca un punct de acupunctură important în revitalizarea centrului.

Deoarece philtrum-ul poate reflecta starea focului din poarta vitală și a Qi-ului rinichiului, din tenul și aspectul său putem deduce viața sau moartea cuiva. Un *philtrum* strălucitor și roșiatic indică suficiența focului de la poarta vitală și a Qi-ului rinichiului și, prin urmare, înseamnă o viață lungă; în timp ce un *philtrum* mohorât și hâtru indică declinul focului de la poarta vitală și epuizarea Qi-ului rinichiului și, prin urmare, o moarte timpurie.

VIII. Citirea urechilor

Urechile sunt un important centru de informații al corpului uman și au fost denumite de oamenii din vechime "organe auditive". Ele sunt, de asemenea, o oglindă externă a organelor interne ale corpului uman. După cum se afirmă în *Pivot spiritual: Interogarea*: "Urechile sunt locurile în care converg canalele". Cele mai multe informații despre corpul uman sunt adunate aici, iar fiecărui organ sau parte îi corespunde un punct din ureche. Prin urmare, urechile sunt ca un ecran al corpului.

Din cele mai vechi timpuri, au existat relatări despre prezicerea vieții și a morții cuiva în funcție de aspectul urechilor. Urechile sunt deschiderile specifice ale rinichilor. Qi-ul rinichilor ajunge la ureche și determină viața și moartea. Așadar, urechile au o valoare distinctivă pentru a desluși viața și moartea cuiva. În general, dacă pavilionul urechii este mare, gros, strălucitor și roșiatic, iar lobul urechii este plin de volum și atârnă în jos, înseamnă viață lungă; dacă pavilionul urechii este mic și subțire și mohorât, lobul urechii este mic și ridat și nu atârnă în jos, înseamnă moarte timpurie. În *Pivot spiritual: Ben Zang*, vedem: "Dacă urechile par solide, rinichii sunt puternici; dacă urechile par subțiri și nu sunt solide, rinichii sunt slabi". Bei Runpu a relatat că, în diagnosticul său de urechi la cincizeci de bătrâni de peste optzeci de ani, a constatat că toți acei

oameni longevivi au pavilionul urechii și lobul urechii mari. Conform studiului său, toți au pavilionul urechii de peste 7 cm lungime (lungimea pavilionului urechii unui om obișnuit este de 5-8 cm), unii ajungând chiar la 8,5 cm; și toți aveau lobul urechii de peste 1,8 cm lungime (lungimea obișnuită este de 1-2,5 cm), unii ajungând chiar la 3,2 cm. Unii dintre acești bărbați în vârstă chiar simțeau că *auriculele* și lobii urechilor lor au avut tendința de a crește după vârsta de 60 de ani. Se poate observa în mod evident că pavilionul urechii și lobul urechii au o anumită relație cu viața și moartea bărbaților (*Aplicarea clinică a inspecției auriculelor de Bei Runpu, o revistă de MTC, Liao Ning, 15 decembrie 1983*).

În *Pivotul spiritual*, există relatări despre relația dintre aspectul urechilor și creșterea și descreșterea Qi-ului și a sângelui. De exemplu, în *Yin Yang Douăzeci și cinci de feluri de oameni:* "Dacă energia vitală este exuberantă, sprâncenele cuiva sunt de obicei lungi și arătoase, iar urechile sunt roșcate; dacă energia vitală este deficitară, urechile cuiva au de obicei un aspect hâd și mohorât". Starea energiei vitale influențează în mod direct viața și moartea cuiva, astfel încât aspectul urechilor are valoare în prezicerea vieții și a morții.

În plus, forma și tenul urechilor au o valoare referențială în deducerea temperamentului cuiva. De exemplu, dacă urechile unei persoane au un aspect rotund și roz, aceasta tinde să fie activă și optimistă; dacă urechile sunt mari, galbene și atârnă în jos, aceasta tinde să fie flegmatică și răbdătoare; dacă urechile sunt ascuțite, subțiri și întunecate, aceasta tinde să fie vicleană și descurcăreață; dacă urechile sunt lungi și cenușii, aceasta tinde să fie iritabilă și suspicioasă; dacă urechile sunt mari și albe, aceasta tinde să fie constantă și autodisciplinată.

IX. Citirea părului

Părul este coroana capului și este manifestarea exterioară a creierului, astfel încât părul are o semnificație în fizionomie. Părul are cea mai strânsă relație cu rinichii și cu creierul, starea Qi-ului rinichilor influențând direct părul, așa cum se spune în *Întrebări simple: Liu Jie Zang Zang Xiang Lun:* "Rinichii... axa în care se stochează energia vitală și esența, iar acestea au manifestări în părul capului". În *Întrebări simple: Shang Gu Tian Zhen Lun:* "La o fetiță de șapte ani, Qi-ul rinichilor se ridică, îi cresc dinții permanenți și părul pare des... . Qi-ul de rinichi al unui bărbat de patruzeci de ani scade, părul începe să îi cadă, iar dinții săi au un aspect mohorât; când ajunge la vârsta de șaizeci și patru de ani, atât părul cât și dinții îi sunt pierduți". Acest lucru afirmă că rinichii se manifestă în păr. Cineva din generațiile ulterioare a considerat că "părul este capătul și parte de sânge", deci sângele este fundamental, așa cum părul este accesoriu. Din aspectul părului, putem deduce creșterea și descreșterea Qi-ului rinichilor, precum și deficiența și suficiența atât a Qi-ului, cât și a sângelui.

Părul conține multe tipuri de oligoelemente, astfel încât poate prevesti boli precum senilitatea prematură, diabetul, boala de consum, apoplexia, demența, epilepsia, cancerul, sângele extravagant, obezitatea, guta și enocrinopatia. În plus, citind părul se poate deduce și viața și moartea cuiva, deoarece rinichiul se manifestă în păr, iar părul simbolizează creșterea și descreșterea Qi-ului rinichiului și poate reflecta viața și moartea cuiva. Părul negru, strălucitor și gros simbolizează o viață lungă; părul galben, ofilit și subțire simbolizează o moarte timpurie. O persoană are aproximativ 100.000 de fire de păr, care cresc cu 0,33 mm în fiecare zi și au o durată de viață de 3-5 ani. Prea puține fire de păr, *trichomadeza (căderea părului)* sau părul care se albește devreme sunt semne de senilitate prematură.

Părul are o anumită relație cu temperamentul. De exemplu, o persoană cu părul negru și țeapăn este irascibilă și îndărătnică, una cu părul subțire și moale este de obicei blândă și plăcută; una cu părul gros, care se ridică ușor, este de obicei firavă și dură; una cu părul galben și creț este de obicei instabilă. În plus, părul este o bază importantă pentru identificarea grupei de sânge în jurisprudența medicală. Cercetătorii au descoperit recent inele de vârstă în păr; astfel, părul poate fi folosit ca dovadă a vârstei.

Secțiunea 2. Previziuni în funcție de aspectul mâinilor

Citirea aspectului mâinii este o parte importantă a ghicitului și a fizionomiei. Originară din

China și din Grecia antică, ea poate deduce boli, temperament, viață și moarte, în principal în funcție de forma și liniile mâinilor.

I . Valoarea de previziune a formei mâinii.

Deducerea temperamentului depinde în principal de citirea formei mâinii. O palmă mare și degete lungi simbolizează deschidere a minții, curaj și aspirații înalte; o palmă îngustă și degete scurte simbolizează îngustime de minte, timiditate și aspirații joase; o mână groasă cu un centru mare al palmei înseamnă onestitate și bunătate și toleranță; o mână subțire cu un centru îngust al palmei înseamnă gelozie și lipsă de amabilitate. Mâinile mari și groase sunt mai puțin îndemânatice decât mâinile mici și rafinate în munca meticuloasă. Dacă degetul mare și degetul arătător al unei persoane se pot depărta dincolo de un unghi drept, probabil că este un om deschis și independent; dacă este sub 45^0, probabil că este un om îngust la minte și dependent. O persoană cu degete mici și lungi are, de obicei, o limbă lejeră și este eficientă. Mâinile subțiri și lungi simbolizează blândețea, în timp ce mâinile groase și scurte simbolizează fermitatea. Dacă liniile mâinii par clare, elegante și îngrijite și au puține ramificații, înseamnă o viață lungă; dacă liniile par scurte, sumbre și neclare și au multe ramificații, înseamnă o moarte timpurie. O persoană cu linii subțiri, lungi și sinuoase pe mână este, de obicei, timidă, cu voință slabă și blândă; una cu linii groase, scurte și drepte este, de obicei, firavă, dură și irascibilă. Un cercetător a descoperit că, dintre cei 400 de criminali examinați, fiecare avea o linie transversală a mâinii asemănătoare (*Fujian Youth , oct, 1986*). Desigur, crima este o problemă de moralitate, nu de genetică, dar acest lucru poate sugera cel puțin că liniile mâinii au o anumită relație cu temperamentul.

II. Valoarea previzională a liniilor de mână

1) Valoarea de prognoză a liniilor palmei.

Liniile mâinii sunt ca și fibra lemnului. Lemnele cu granulație frumoasă sunt lemn minunat, iar mâinile cu linii frumoase reflectă natura prețioasă. Liniile subțiri și adânci înseamnă noroc; liniile groase și superficiale înseamnă ghinion; liniile cu multe ramificații înseamnă temperament instabil, iar a avea multe linii orizontale înseamnă prostie.

Explorarea liniilor mâinii a stârnit un mare interes în rândul savanților din țară și din străinătate și există multe rapoarte despre aceasta. De exemplu, se spune în *Scientific and Technological World of Hong Kong*: "Lungimea și grosimea liniei croite a degetului mare sunt legate de fizicul fiecăruia. " Dacă această linie este lungă și groasă, înseamnă sănătate bună; dacă această linie este scurtă și subțire, înseamnă sănătate delicată. Dacă această linie strâmbă a degetelor este prea lungă, persoana este predispusă la boli ale intestinului și ale stomacului; în ceea ce privește un pacient cu boli de inimă, această linie se ramifică de obicei sau se răsucește și șerpuiește. Dacă linia strâmbă a palmei este subțire și vagă, ea este legată de nervul cranian. Dacă linia sănătății și a forței unei persoane este adâncă, groasă și lungă, ea este sănătoasă; dacă este superficială, scurtă și vagă sau chiar nu poate fi văzută, ea are o sănătate delicată. Qiu este locul unde se adună terminațiile nervoase și va avea un aspect neobișnuit atunci când cineva este bolnav. Dacă cineva suferă de boli ale rinichilor, vor apărea linii transversale sau umflături sub Yu Ji; când cineva suferă de boli ale inimii și rinichilor și de hidropizie, liniile transversale se vor accentua în palmă. Dacă linia sănătății este vagă sau se rupe, poate fi un semn al stadiilor incipiente ale hepatitei. Întunecarea zonei de sub Yu Ji poate sugera lumbago din cauza umezelii provocate de vânt; în timp ce canelurile transversale de pe unghii pot fi un semn de tuberculoză, iar unghiile subțiri pot sugera că sistemul respirator nu este puternic ("*Line of the Hand Can Infering One's Health*", traducere de Jin Quan, Jin Quan, Recovery, vol. 5, 1986, Shanghai).

Unii experți cred că persoanele care suferă de ulcer duodenal au arcuri și curbe în liniile mâinilor; mâna Tongguan, sau un triunghi prea larg în partea de jos a palmei, indică adesea prostia congenitală. Pe scurt, liniile vagi, cu multe ramificații, înseamnă ghinion; liniile adânci, lungi și luminoase înseamnă noroc, iar liniile scurte, superficiale și sumbre înseamnă ghinion. În plus, trei linii care se unesc într-o singură linie indică adesea prostia congenitală și se numește "linia gorilei" (mâna Tongguan). A se vedea figurile 15-2, 15-3, 15-4.

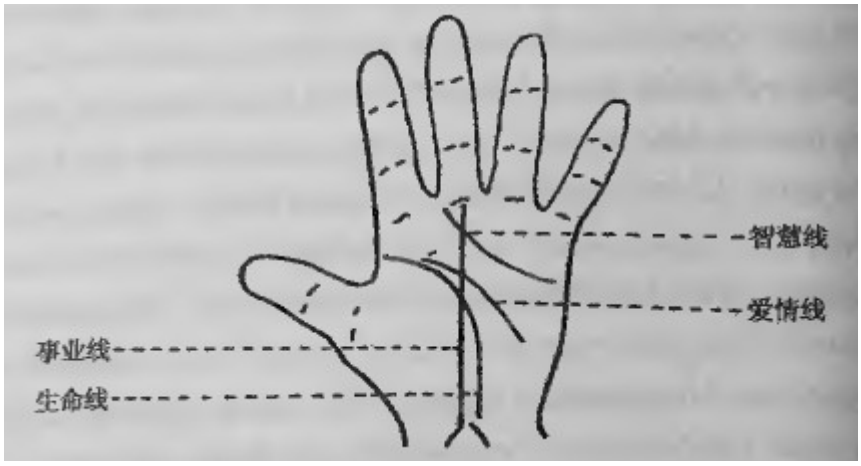


Figura 15-2. Liniile mâinii

事业线 Line of work　生命线 Line of life
智慧线 Line of wisdom　爱情线 Line of love

Note la această figură

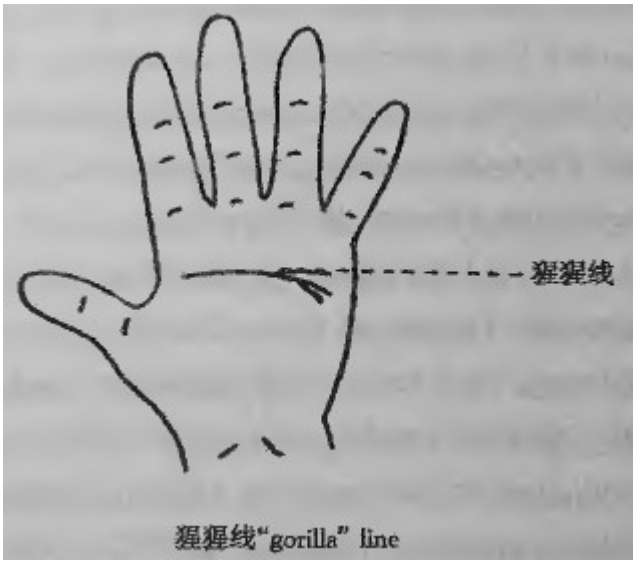


Figura 15-3. Linii ale unei mâini Tongguan

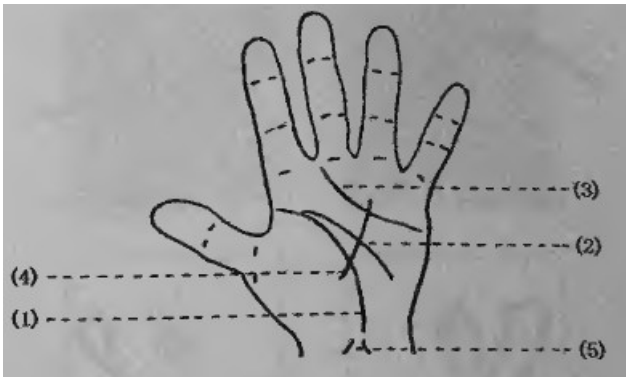


Figura 15-4. Numele liniilor mâinilor
(1) Linia încovoiată a degetului mare
(2) Linia încovoiată a palmei
(3) Linia încovoiată a degetelor
(4) Linia sănătății și a forței

(5) Triunghiul de la baza palmei.

Modificările acestor două aspecte au valoare de diagnostic în cazul anumitor boli ereditare.

2) Valoarea de prognoză a amprentelor digitale

Amprentele digitale sunt linii subțiri ale mâinilor și sunt linii permanente. Amprentele digitale iau formă în timpul stadiului embrionar. În jurisprudența medicală, ele sunt folosite ca dovadă irefutabilă a identității; între oameni, ele sunt folosite ca simboluri ale creditului; în medicină, amprentele și liniile mâinii se numesc dermatoglife și sunt foarte valoroase în genetică. (A se vedea figurile 15-5, 15-6, 15-7, 15-8). Majoritatea chinezilor și a altor mongoloizi au vârtejuri, în timp ce buclele sunt mai frecvente printre Cavcasoizi. Modificările formelor și numărul total al liniilor de amprente au semnificație diagnostică în denaturarea cromozomilor sexuali și a autosomului... Prima se manifestă prin modificarea numărului total de linii ale amprentelor, iar cea de-a doua prin modificarea formelor amprentelor.

(buclă curbă) (buclă în formă de cort)

(bucla normală) (bucla opusă)

(linie în formă de inel) (linie în spirală)

Figura 15-5 Figuri de amprentă

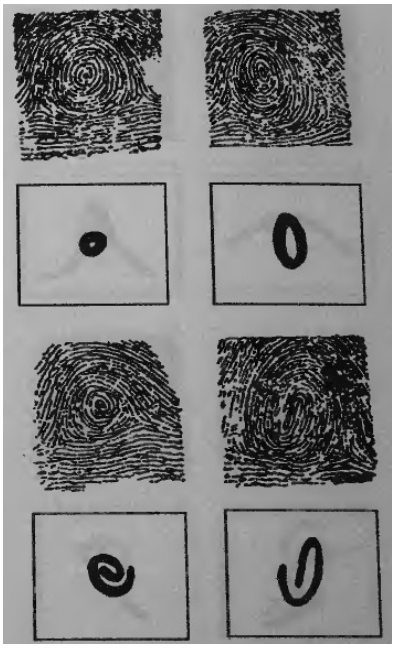


Figura 15-6. Amprente (1) (inele și spirale)

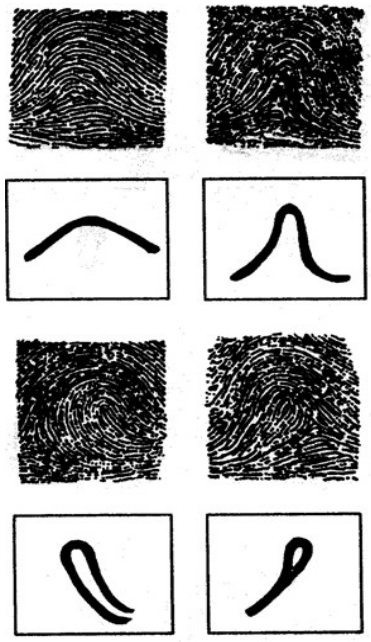


Figura 15-7. Amprente (2) (curbe, bucle normale și opuse asemănătoare unui cort)

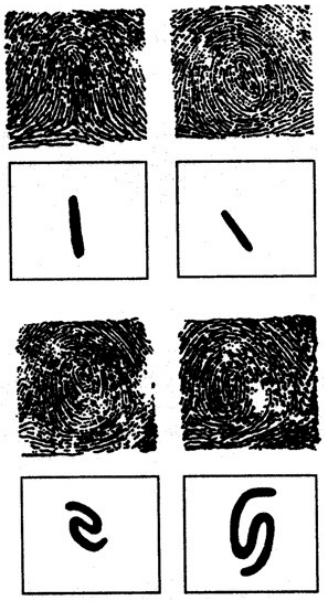


Figura 15-8. Amprente (3) (bucle de înfășurare)

Secțiunea 3. Valoarea previzională a viselor

Visele sunt reflectarea comprehensivă a fiziologiei și a psihologiei. Medicina modernă susține că visele sunt activități excitate pe fondul inhibiției generale a creierului și reprezintă continuitatea din partea activităților nervoase superioare ale creierului. Visele se împart în două grupe: vise fiziologice și vise patologice. Visele fiziologice includ visele de imaginație soră cu moartea, visele de reapariție a unor scene din trecut și visele de inspirație, care sunt reapariții ale impresiilor asupra cortexului cerebral făcute în timpul stării de veghe. Simțurile psihologice și stimulii externi pot fi, de asemenea, reflectate în visele fiziologice. În general, visele fiziologice sunt inofensive și pot ajuta la realizarea echilibrului psihologic, la curățarea psihologică și la previziunile psihologice. Cele mai multe cauze ale viselor patologice sunt interne. Aceste vise sunt deseori cauzate de informația focarului insidios din organism. Așadar, majoritatea viselor patologice sunt coșmaruri. Pe baza materială de reflectare a bolilor, visele ne pot oferi mai multe informații cu ajutorul cărora să prognozăm bolile. Știința MTC oferă multe astfel de relatări, care au valoare

clinică în prezicerea bolilor.

În cea mai veche carte despre patogeneză. *Tratat de etiologie și simptomatologie a bolilor*, se consemnează că: "Un om consumator, al cărui sânge și Qi sunt slabe și ale cărui organe interne sunt insuficiente, este susceptibil la factorii patogeni. Factorii patogeni se adună în el din exterior, nu stau în nici o poziție fixă, ci fac o devălmășie gratuită în organele interne și se ridică odată cu sufletul, astfel încât omul nu poate dormi liniștit și adesea visează". Această consemnare evidențiază relația dintre vise și insuficiența organelor interne. *Canonul de medicină al împăratului* pune, de asemenea, un mare accent pe faptul că visele pot prezice starea organelor interne. De exemplu, în *Întrebări simple: Fang Sheng Shuai Lun*, se spune că "insuficiența Qi-ului rinichilor poate face să se viseze bărci răsturnate și oameni care se înecă; insuficiența Qi-ului ficatului poate face să se viseze iarbă și flori exuberante sau că el însuși zace la poalele unui copac mare și se teme să se ridice; insuficiența Qi-ului inimii poate face să se viseze lupte cu focul, tunete și fulgere sau incendii mari care ard cu furie". În *Întrebări simple: Mai Yao Jing Wei Lun*, se spune că "exuberanța de Yin face ca cineva să viseze că traversează un râu mare în mare panică; exuberanța de Yang face ca cineva să viseze un foc mare care arde cu violență; exuberanța atât de Yang Qi, cât și de Yin Qi face ca cineva să viseze la măceluri și răni reciproce". În *Pivot spiritual: Yin Xie Fa Meng*, se adaugă că "dacă partea superioară este exuberantă, se poate visa că se zboară în sus; dacă partea inferioară este exuberantă, se poate visa că se cade". "Dacă factorii patogeni dăunează inimii, se poate visa la movile și dealuri aride de fum și foc; dacă factorii patogeni dăunează plămânilor, se poate visa că se zboară în sus ... ".

Acest lucru se datorează faptului că organele interne sunt insuficiente și sunt ușor de afectat de factorii patogeni externi și, prin urmare, este distras și visează adesea. Conform relației dintre cele șapte emoții și cele cinci organe Zang (inima, plămânii, ficatul, splina și rinichii), visarea mâniei prevestește exuberanța Qi-ului hepatic, visarea fricii prevestește deficiența Qi-ului renal, visarea plânsului prevestește deficiența Qi-ului hepatic, visarea râsului prevestește deficiența Qi-ului cardiac, visarea cântatului prevestește deficiența Qi-ului splinei... Toate visele menționate mai sus sunt rezultatul unor cauze interne. Creșterea bruscă a acestor vise are o anumită valoare de prognoză pentru potențialul focar de infecție. Prin urmare, previziunea cu ajutorul viselor are un fond intern. În prezent, previziunea cu ajutorul viselor este în practica clinică pe scară largă. De exemplu, pentru cei care au depășit vârsta mijlocie și au carcase corpolente, coșmarurile frecvente, visele palpitante sau visele în care sunt presați pot fi semne de boală coronariană sau de arterioscleroză; visele în care plâng pot fi semne de boli ale sistemului nervos; visele în care mănâncă pot fi semne de boli ale sistemului digestiv. Visele au o anumită semnificație în prognoza bolilor și merită să fie explorate în continuare. Fenomenul prezicerii afacerilor și norocului oamenilor prin intermediul viselor se regăsește în multe relatări din țară și din străinătate și este încă un mister care așteaptă să fie dezvăluit.

(Traducere de Zhao Chenwei)

Capitolul 16

Cartea schimbărilor și Qigong-ul chinezesc (exerciții de respirație)

Qian Xuesen, un cunoscut om de știință chinez, a spus odată: "Qigong-ul chinezesc este o fereastră deschisă pentru a dezvălui misterul corpului uman".

Puterea extraordinară a Qigong-ului a făcut descoperiri în cercetarea corpului uman.

Qigong-ul devine din ce în ce mai popular. Cu siguranță va aduce contribuții și mai mari la dezvoltarea științei corpului uman.

Secțiunea 1. Teoria Qigong-ului chinezesc care își are originea în Cartea Schimbărilor

China este locul de naștere al Qigong-ului. Teoria chineză a Qigong-ului își are originea în *Cartea Schimbărilor*, care abundă în teorii Qigong și care a influențat foarte mult formarea și

dezvoltarea Qigong-ului. Armonia din *Cartea Schimbărilor* și Qigong-ul taoist își extrag, de asemenea, unele teorii din *Cartea Schimbărilor.*

Qigong este un sistem de exerciții care combină meditația cu respirația profundă. Qigong-ul din școlile confucianiste, taoiste și budiste are propriile caracteristici, printre care se numără exhalarea și inhalarea, dirijarea, fabricarea *pastilelor nemuririi* și statul în meditație. Procesul constă în reglarea respirației și a posturii sub controlul minții conștiente, astfel încât să se îmbunătățească circulația energiei vitale și să se mențină organele interne libere de orice boală. Qigong-ul chinezesc este o metodă importantă de reglare a funcției energiei vitale și a stării sângelui. De asemenea, poate menține echilibrul dintre Yin și Yang.

În China, Qigong a servit la vindecarea și prevenirea bolilor cu mii de ani în urmă. În *Canonul de medicină al împăratului* este consemnat faptul că mintea poate preveni bolile. *Întrebări simple: Metode de acupunctură* spune: "Înainte de a intra în cameră, ne putem gândi că Qi verde vine din ficat, care se va transforma în Qi de pădure care păzește estul, Qi alb se ridică din plămâni care se transformă în Qi de soldați și arme care păzesc vestul. Căldura trimite Qi Roșu, care se transformă în Qi de foc păzind Sudul, rinichii trimit Qi Negru, care se transformă în Qi de apă păzind Nordul, splina trimite Qi Galben care se transformă în Qi de pământ păzind Centrul. Deasupra capului există, de asemenea, niște Qi ca și Carul Mare. Toate aceste tipuri de Qi ne protejează corpul și ne feresc de boli".

Efectuarea exercițiilor de Qigong poate valorifica potențialul corpului uman, atât în ceea ce privește inteligența, cât și forța fizică. Acest lucru se numește valorificarea potențialului sau valorificarea înțelepciunii - este consemnat faptul că Qigong-ul va dezvolta potențialul vizual al corpului uman și va recupera vederea pierdută a acupunctului Tianmu (*Acupoint Tianmu este situat în partea superioară a frunții. Este, probabil, un organ vizual degenerat*). În ultimii ani, Qigong-ul s-a dezvoltat rapid. Wang Jialin, un celebru savant chinez în știința corpului uman, a avansat o nouă teorie conform căreia organele interne ale corpului uman se află sub controlul conștiinței (adică, în condițiile în care se practică Qigong, funcționarea conștiinței va schimba în mod remarcabil activitățile funcțiilor involuntare din corp).

În *Canonul de medicină al împăratului*, sunt prezentate teoriile de unire a metodelor de combinare a Yin și Yang și de expirație și inhalare pentru a menține corpul în stare bună de sănătate. Această teorie este, de asemenea, o cheie pentru Qigong. Cartea *Întrebări simple: Metode de acupunctură* spune: "Dacă un pacient suferă de o boală de rinichi de mult timp, el poate să se orienteze cu fața spre sud în perioada de la ora 3.00 la 5.00 dimineața, să se concentreze și să se elibereze de orice confuzie, să inspire de șapte ori fără a expira. După ce face acest lucru, va produce salivă în gât și se va simți liniștit și confortabil". În cartea "*Keeping Fiting and Longevity*" de Tao Jinghong (un medic celebru 456-536), este consemnat faptul că există o singură metodă de inspirație, însă există până la șase metode de expirație, printre care: suflarea, expirația, suspinul, respirația lentă, expirația cu gura deschisă și respirația răgușită. Metode diferite de respirație vor provoca efecte diferite. Suflarea va scăpa de frisoane; expirația va disipa căldura; suspinul va alunga melancolia; respirația lentă va crea o respirație lină; expirația cu gura deschisă va face ca inhalarea să fie lină, iar "respirația răgușită" îi va ajuta pe pacienți să își revină din oboseală. Cele șase metode diferite de respirație vor fi folosite pentru a regla ritmul respirației. Selecția și explicarea prescripțiilor spune: "Metoda de reglare a respirației este "concentrarea minții la a număra de câte ori ați expirat și inspirat, de la unu la zece, de la zece la o sută, apoi nu veți mai greși numărul de ori dacă vă concentrați pe expirație și inspirație". Înregistrarea arată importanța expirației și a inspirației în Qigong.

Pe de o parte, Qigong-ul acordă importanță funcționării energiei, inclusiv funcționării Ciclului mare și Ciclului mic, precum și funcționării energiei Dantian. Funcționarea Marelui Ciclu are ca scop să facă să circule fără probleme cele douăsprezece canale. Operația Ciclul Mic va lega canalele Ren și Du. Respirația profundă controlată de diafragmă are ca scop ca energia diafragmei să meargă de-a lungul canalelor. Pe de altă parte, Qigong-ul pune accentul pe exerciții precum "transformarea esenței în energie, apoi transformarea energiei în gând și apoi transformarea gândului în vid". Scopul operației energetice este de a întări mișcarea internă, adică de a exersa

energia internă. Maeștrii de Qigong au dezvoltat, de asemenea, tratamentul informațional. Pacientul va primi tratament prin "energia scurtă" dată de maeștrii de Qigong.

În plus, un maestru de Qigong se poate conforma în mod conștient la schimbarea Yin și Yang și la mișcarea soarelui și a Lunii. Ei încearcă să fie în acord cu ceasul biologic natural, astfel încât să se mențină în formă.

În general, sub influența *Cărții Schimbărilor*, a *Canonului de medicină a împăratului* și a Armoniei din *Cartea Schimbărilor*, ia naștere teoria Qigong-ului medical chinezesc. Aceasta se bazează pe teoria reglării energiei, pe teoria interinfluenței dintre Yin și Yang și pe teoria exhalării și inhalării. În schimb, *Cartea Schimbărilor* este, de asemenea, un ghid de Qigong senzual (*A se vedea capitolul douăzeci și patru Cartea Schimbărilor și sexologia*).

I . Teoria schimbărilor și teoria deschisă în *Cartea Schimbărilor* și metoda de conducere

Cartea Schimbărilor ilustrează faptul că școala confucianistă este în favoarea mișcării, în timp ce școala taoistă este în favoarea calmului. Ambele provin din *Cartea Schimbărilor*. Cu toate acestea, cele două puncte, mișcarea și calmul, nu sunt mufturoase excluzându-se. Ele se conțin reciproc. *Marele Tratat despre Yi* spune: "Trebuie făcute schimbări dacă canalul de circulație este blocat. Calmul poate fi obținut după schimbare. Dacă circulația energiei este lină, atunci se poate obține permanența". Conducerea Qigong-ului este influențată în mare măsură de teoria schimbării și a deschiderii. Conducerea Qigong-ului înseamnă că energia vitală este condusă prin exersarea brațelor și a picioarelor pentru a menține buna circulație a energiei și a sângelui. Deoarece școala taoistă este în favoarea liniștii, conducerea Qigong-ului este caracterizată de lentoare și blândețe. O altă trăsătură distinctivă este faptul că forma mișcării este circulară, datorită influenței hărții *Taiji* din *Cartea Schimbărilor*. Conduita Qigong a fost foarte populară în timpul dinastiei Han de Vest. În 1973, o relicvă culturală care conținea desene de dirijare a Qigong-ului a fost găsită în Ma Wang Dui, un mormânt antic al dinastiei Han din Changsha, provincia Hunan. În *Primăvara și toamna lui Lu*: Gu Luo a consemnat, de asemenea, acest lucru: "dansând și fluturând pentru a ghida circulația Qi. În *Sinopsis din Camera de aur*, Zhang Zhongjing, un medic celebru din China antică, spunea: "Dacă brațele și picioarele unui pacient se simt obosite, acesta poate practica Qigong-ul conducător și poate primi tratament de acupunctură. Atunci energia și sângele vor funcționa bine". În *Primăvara și toamna lui Lu*: Jin Shu spune că "apa curgătoare nu este niciodată stătută, iar o balama de ușă nu este niciodată mâncată de viermi". Aceasta ilustrează, de asemenea, importanța conducerii Qigong-ului.

În plus, *Cartea Schimbărilor* pune accentul și pe liniște și închidere. Wen Van în *Kun Trigram of Yi* spune: "Este cel mai liniștit, dar este capabil să dea orice formă definită". Teoria liniștii și a dozării este destul de importantă pentru școala taoistă și pentru școala budistă, care sunt două ramuri majore în Qigong-ul chinezesc. Șederea în meditație a școlii budiste înlătură ideile din minte. Scopul șederii în meditație este goliciunea. Școala taoistă nu susține că ideile trebuie să fie separate de corp. Scopul său este vidul.

II. Teoria deschiderii-închiderii în *Cartea Schimbărilor* și în Qigong-ul de expirație-inhalare

Marele Tratat despre Yi spune: "Procesul de schimbare constă în închidere și deschidere". În procesul de închidere și deschidere, energia poate fi inspirată și expirată. Metoda exhalare-inhalare ocupă un loc important în toate școlile de Qigong. Fiecare școală de Qigong îi acordă o mare importanță. În cartea *Metoda de acupunctură*, *rămășițele Canonului de medicină a împăraților*, este consemnat Qigong-ul de expirare și inhalare. Metoda de conducere a energiei este inclusă în inscripțiile de jad - artefacte dezgropate din Dinastia Han. În ele se spune: "Energia se va stoca după ce trimite în afară. Odată cu stocarea ei, energia se va extinde. În timp ce se extinde, se va coborî. După ce se coboară, va deveni fixă, apoi va deveni fermă, care va încolți după ce devine fermă, apoi va începe să crească. Când crește până la un anumit grad, va scădea, apoi va scădea până la cer. Atunci energia va fi împărțită în două părți: Yin și Yang. Astfel, cei care respectă legea energiei vor prospera, cei care se împotrivesc legii energiei vor pieri. O colecție de lucrări a sute de maeștri, *Către un om călător: Huang Ting Pian* a spus: "Expirația se referă la a expira aerul rezidual.

Inspirația se referă la inspirarea aerului proaspăt". Expirația și inspirația reprezintă un proces important în Qigong. Acesta va promova mișcarea energiei și poate accelera, de asemenea, frecvența de schimb a aerului rezidual și a aerului proaspăt. Termenul de înghițire a energiei este un conținut important în Qigong-ul de expirație-inhalare.

Shan Hai Jing este o carte mitologică care reflectă științele naturale și sociale. Este, de asemenea, o carte cuprinzătoare, în care există multe înregistrări de Qigong. *Da Huang Clasicul de Nord* spune: "În Wu Ji Min, Wu Gu trăia din exhalare-inhalare de Qigong și pește. Clanul Wu Gu acordă multă atenție Qigong-ului de exhalare-inhalare. Un zeu, cu o față de om și un corp de șarpe, nu mănâncă, nu doarme și nu se odihnește niciodată. Cu toate acestea, el este capabil să trăiască cu Qigong-ul care nu respiră". Povestea arată importanța Qigong-ului cu expirație-inhalare.

Nerespirația aparține tipului de Qigong apropiat. Teoria close-Qigong-ului este că omul a început să folosească sistemul de rezervă din organism astfel încât să îmbunătățească capacitatea de a face față unei situații de urgență în condiții de insuficiență de oxigen, Close-Qigong-ul este un exercițiu care necesită o capacitate superioară și este dificil de realizat.

III . Teoria tonusului și a spațiului în *Cartea schimbărilor* și Qigong-ul

1) În ceea ce privește teoria timpului

Cartea Schimbărilor valorizează activitatea omului în acord cu universul. De exemplu, Zhuan în *Trigrama Feng din Yi* spune: "Interacțiunea (dintre) cer și pământ este acum viguroasă și abundentă, acum plictisitoare și săracă, crescând și scăzând în funcție de anotimpuri. Cu atât mai mult trebuie să fie așa cu operațiunea!". *Marele Tratat despre Yi* spune: "Dintre toate lucrurile care furnizează modele și figuri vizibile, nu a existat nici unul mai mare decât cerul și pământul; dintre lucrurile care se schimbă și își extind influența (asupra altora), nu a existat nici unul mai mare decât cele patru anotimpuri". Zhuan în *Trigrama Bo din Yi* spune: "Un domn apreciază procesul de scădere și creștere, de plinătate și decădere, așa cum se vede în mișcarea corpurilor cerești". Aceasta a devenit originea teoretică a Qigong-ului de mai târziu. Qigong-ul a obținut, de asemenea, o bună parte din iluminarea de la cincizeci de operații din *Emperors Canon of Medicine*. Semnificația celor cincizeci de operații este că mișcarea energiei și a sângelui în corpul uman, micul univers, ar trebui să corespundă mișcării soarelui și a lunii în univers. Nici o viață individuală nu există în izolare. Fiecare are o relație strânsă cu mișcarea soarelui și a Lunii. Acest lucru a pus bazele teoretice ale ceasului biologic Qigong. Fiecare școală chineză de Qigong este influențată de corespondența dintre om și schimbările din univers. Astfel, fiecare acordă atenție relației dintre Qigong, timp și loc. Cele patru anotimpuri ale anului sunt un exemplu tipic. Primăvara și la începutul verii, energia Yang începe să crească. În această perioadă, Yang este activ. Așa că este potrivit să se desfășoare Yang în locuri pline de lumină solară. În plină vară, Yang este la apogeu, așa că Qigong-ul liniștit trebuie făcut la umbră pentru a coborî Yang. După cum spune *Trigrama Qian din Yi*: "Vedem subiectul său ca fiind dragonul care depășește limitele corespunzătoare. Va exista ocazia de a se pocăi". Wen Yan în *Qian Trigram of Yi* spune de asemenea că toamna și iarna Yang devine slab și Yin devine treptat puternic. Așadar, este un moment bun pentru a face Qigong de expirație și inhalare. Metoda corectă este de a avea o inspirație profundă și o expirație superficială. În timpul iernii severe, Yin este la apogeu- Așa că este potrivit să stai în meditație acasă sau în locuri cu soare. În ceea ce privește o zi și o noapte, energia Yang începe să crească, iar energia Yin începe să scadă în perioada 4 a.m.-6 a. m. În acest moment, intestinul gros și plămânii sunt activi. Este un moment bun pentru a face exerciții în aer liber și Qigong de expirație-inhalare, pentru ca plămânii să poată expira aerul viciat. La prânz, energia Yang este la apogeu. Inima și intestinul subțire sunt active, sângele circulă rapid. Deci este un moment bun pentru a face Qigong liniștit. La amurg, energia Yang este activă, rinichii admit energia. Ar trebui să se facă o conducere lentă pentru a colecta energia Yang. Noaptea, energia Yin este la apogeu, este un moment potrivit pentru a face Qigong liniștit pentru a ajuta energia Yang să se colecteze.

2) În ceea ce privește respectarea teoriei spațiului

Cele opt trigrame din *Cartea Schimbărilor* acordă o mare atenție direcției. Cele Opt

Trigrame sunt formate din patru direcții și patru colțuri. *Tratatul de observații asupra Trigramelor Yi* spune: "Totul iese din Zhen, care se referă la est. Xun se referă la sud-est. Li se referă la sud, înseamnă clar, adică totul poate fi văzut acolo. Kan se referă la nord, înseamnă apă". *Tratatul de observații asupra trigramelor lui Yi* subliniază, de asemenea, semnificația "cu fața spre sud". Se spune că Sfântul poate auzi și vedea totul atunci când este orientat spre sud. Sudul este o direcție prețioasă din care se poate obține virtutea. Prin urmare, Qigong-ul din epocile ulterioare adoptă practica de a privi spre sud și se dezvoltă pe baza privirii spre sud. De exemplu, dimineața, când soarele răsare, se va îndrepta spre est pentru a face Qigong. La amurg, va întoarce direcția spre vest pentru a face Qigong. Adoptarea direcției depinde și de sănătatea celor cinci organe interne. De exemplu, o persoană a cărei ficat îi lipsește energie se va îndrepta spre est pentru a face Qigong; o persoană ai cărei rinichi nu au energie se va îndrepta spre nord pentru a face Qigong. O persoană va fi îndreptată spre sud dacă inimii îi lipsește energie, iar cineva va fi îndreptat spre vest dacă plămânilor le lipsește energie.

Secțiunea 2 . ***Cartea schimbărilor*** **și Qigongul taoist**

Școala taoistă a luat naștere în timpul dinastiei Han de Est. Sistemul teoretic al școlii taoiste a făcut progrese depline până la *Cartea Schimbărilor,* care posedă caracterele distinctive de feminitate, liniște, blândețe și finețe. Școala taoistă urmărește vidul, lipsa de dorințe și detașarea. Qigong-ul taoist are trăsături distinctive. Este o ramură majoră a Qigong-ului chinezesc. Este alcătuit din școlile Wudang, E'mei și Hua Mountain.

I . Qigong-ul taoist acordă atenție concentrării

Laozi și Zhuangzi sunt reprezentanții Qigong-ului taoist, ambii fiind binecunoscuți gânditori chinezi antici și îngrijitori ai sănătății. După cum spune Laozi: "Mintea va deveni calmă dacă nu are nici un fel de dorințe". *Clasicul Moral* mai spune: "Dacă cineva dorește ca mintea sa să își păstreze concentrarea și să se țină de ea, energia finală va fi subțire". *Zhuangzi: Ke Yi* spune: "Concentrarea poate fi obținută prin odihnă, creșterea energiei, păstrarea și menținerea ei". Zhuangzi mai spune: "Mintea trebuie să se abțină de la orice cerere sau dorință". A fost consemnată în *Laozi: Zai You*: "dacă cineva poate să nu ia aminte la ceea ce vede, la ceea ce învață și la ceea ce știe, își poate păstra mintea într-o stare bună și poate avea o viață lungă". Tai Ping Jing spune: "Metoda de păstrare a concentrării este principiul cardinal pe care trebuie să-l urmeze fiecare zeu". Guanzi: Zi Xin spune: "Omul poate trăi mult timp dacă știe cum să-și păstreze concentrarea minții". Tian Shitao, fondatorul școlii taoiste, prețuia, de asemenea, concentrarea. Concentrarea înseamnă că mintea este în pace și liniște. Deschiderile sunt păstrate și respirația este reglată pentru a menține concentrarea. Poziția de păstrare a unei deschideri este diferită de alta. *Huang Ting Jing*, un tratat al școlii taoiste, spune: "Deschiderea Huang Ting trebuie păstrată". Există trei deschideri Huang Ting. și anume, deschiderea Huang Ting superioară, mijlocie și inferioară. Deschiderea Huang Ting superioară se află în partea superioară a diafragmei. Creierul se află sub controlul deschiderii superioare Huang Ting. Deschiderea Huang Ting mijlocie se află în partea de mijloc a diafragmei și controlează inima. Deschiderea Huang Ting inferioară se află în partea inferioară a diafragmei și controlează splina, care se află la aproximativ 10 cm sub buric. Poziția diafragmelor superioară, mijlocie și inferioară se află între sprâncene, între sâni și, respectiv, sub buric. În *Clasicul moral*, Laozi a avansat faptul că diafragma inferioară trebuie păstrată și nu este potrivit ca oamenii obișnuiți să folosească gura și nasul ca deschideri. *Clasicul respirației embrionare* spune: "Deschiderile Qihai sunt situate la 10 cm sub buric, deschiderile Qihai sunt sinonime cu diafragma inferioară și Xuanpin. Nu este potrivit ca oamenii obișnuiți să folosească gura și nasul ca deschideri". Unii susțin că deschiderea Zuqiao (o deschidere între sprâncenele ochilor) ar trebui păstrată. Metoda taoistă de păstrare a diafragmei s-a dezvoltat din metodele menționate mai sus. Scrierea taoistă *Yin Fu Clasic* avansează ideea că ar trebui păstrate trei deschideri majore, și anume urechile, ochii și gura. Astfel, mintea nu ar fi influențată de lumea exterioară și și-ar păstra pacea și liniștea. După cum spune *Yin Fu Clasic*: "Aceste trei deschideri, urechile, ochii și gura, sunt mai importante decât celelalte șase. Ele se pot mișca și pot păstra liniștea la fel de bine. Concentrarea

este o terminologie de Qigong, care înseamnă cultivarea corpului și a minții. Yan Hui, un maestru al școlii Confuciene, numea concentrarea "a uita de toate în timp ce faci Qigong". Ea se referă "la a face ca brațele, picioarele și creierul să fie relaxate". Pe lângă aceasta, cele trei școli pun accentul pe exersarea concentrării minții. *Înțelegerea Adevărului* spune: "Dacă mintea poate păstra pacea și liniștea, ființa va poseda curajul și rapiditatea unui dragon și a unui tigru, nu se va îngrijora de soția și copiii săi". *Cartea de Istorie: Da Yu Mo* susține că atât mintea, cât și corpul trebuie cultivate - școala budistă susține "fixitatea" și "abstinența". *Hart Fei Zi*, un tratat al școlii legaliste, pledează, de asemenea, pentru inactivitate și nepăsare. Exercițiile de concentrare ocupă un loc important în Qigong-ul taoist.

II. Qigong-ul taoist este în favoarea "respirației embrionare"

Respirația embrionară este un aproape - Qigong. A fost consemnată încă din Sham Hat Jing: "Un zeu, cu o față de om și un corp de șarpe, nu mănâncă, nu doarme și nu se odihnește niciodată". Respirația embrionară din Qigong-ul taoist provine din metoda de respirație a broaștei țestoase. Ea aparține Qigong-ului bionic. Respirația broaștei țestoase este la fel ca respirația omului, care este controlată de diafragmă. De asemenea, a fost consemnată în *Canonul de medicină al împăraților*: "Oamenii ai căror rinichi nu funcționează bine, inspiră, fără a expira de șapte ori". În *Bao Pu Zi*, scris de Ge Hong, se spune că "Oamenii care cunosc Respirația embrionară pot respira, dar nu prin gură și nas". Respirația embrionară este o respirație ascunsă sau o non-respirație. *Keeping Fit and Longevity* spune: "Numărați de la unu la două sute fără să respirați, apoi expirați brusc. După aceea, e persoană se poate simți confortabil și se poate concentra asupra a ceea ce face". Respirația embrionară este un secret al Qigong-ului taoist. De fapt, este o respirație destul de lentă și profundă. După cum spune Bao Pu Zi: "O pană de gâscă aproape de gură nu se mișcă atunci când aerul iese din gură". Zhuangzi, un mare maestru, a mai spus: "Dacă o persoană cunoaște bine Respirația embrionară, respirația sa profundă va face ca energia să se întoarcă în diafragma inferioară". Un alt punct susține că energia se va întoarce la acupunctul Zuqiao, care-i situat în mijlocul sprâncenelor. *Prescripții valoroase: Ajustarea respirației* spune: "Cheia pentru a menține mintea liniștită și pentru a conduce respirația este de a practica într-un loc liniștit, ... numără până la trei sute fără a respira. Atunci mintea își va păstra pacea și liniștea. Ea nu va fi afectată de ceea ce aude și de ceea ce vede. Acesta este un Qigong taoist special care imită respirația unei broaște țestoase". În "*Biografia nemuritoare*", se spune că Maestrul Peng era încă în viață și activ când avea șapte sute șaizeci și șapte de ani. Când Maestrul Peng era tânăr, îi plăcea liniștea și făcea adesea exerciții de închidere și inhalare. Stătea drept și își făcea masaj pe ochi și pe corp de dimineața până la prânz, ... își umezea buzele și înghițea salivă. Când a împlinit două sute patruzeci de ani, arăta ca un bărbat de cincizeci de ani. O colecție din *Long Wei Mi Shu* spune: "Este bine pentru sănătatea oamenilor dacă fac frecvent exercițiile de inspirație a capătului închis". Respirația embrionară îi poate face pe oameni să atingă tărâmurile mistice, cum ar fi Bi Gu și înghițirea de energie.

Principiile generale ale Respirația embrionară Qigong sunt să fie lente, blânde, profunde și lungi. Ele se realizează prin respirație abdominală. Principiile sunt conforme cu teoria din *Cartea schimbărilor.*

III. Qigong-ul taoist subliniază importanța ciclurilor

În *Marele Tratat despre Yi* se spune: "Energia poate circula prin corp dacă este în continuă mișcare tot timpul". Aceasta devine baza teoretică a modului de reglare a energiei prin corp. Fiecare școală de Qigong subliniază importanța ciclului, ceea ce înseamnă că energia poate fi condusă în cerc prin corp sub controlul minții. Qigong-ul *Pilkmaking Qigong* din școala taoistă pune accentul în special pe exercițiile de ciclu. Qigong-ul ciclic constă în două tipuri, și anume, Ciclul mare și Ciclul mic. *Ciclul Mare Qigong* include mai multe procese, cum ar fi concentrarea, amestecarea ierburilor, producerea de ierburi, culegerea ierburilor, sigilarea în cuptor și fabricarea pastilelor.

Qigong-ul Ciclului mic include conectarea canalelor Ren și Du și combinarea trigramelor Kan și Li, care reprezintă chintesența Qigong-ului de fabricare a pilulelor în școala taoistă. Altfel spus, energia vitală este condusă sub controlul meditației. Traseul energiei pornește de la diafragma

inferioară, apoi se îndreaptă spre Podul Magpie (gaiță) inferior, după ce trece prin sacru, se îndreaptă spre Yu Zhen; apoi spre partea superioară a capului, iese din ochi spre Podul Magpie superior, de-a lungul canalului Ren spre piept și spre diafragma superioară, mijlocie și inferioară. Se încheie un ciclu complet și începe un nou ciclu.

Ciclul Xuanpin se mai numește și ciclul Ziwu. În cazul celor opt trigrame congenitale, trigramele Xuan și Qian sunt Yang complet ☰. Pin și Kun sunt Yin complet ☷. După nașterea omului, Opt Trigrame congenitale devin Opt Trigrame postnatale. Trigrama Qian devine trigrama Li ☲, trigrama Kun devine trigrama Kan ☵. Deci schimbările trebuie să fie pentru a completa trigrama Li cu trigrama Kan. Apoi trigrama Li se întoarce la trigrama Qian ☰ și trigrama Kan se întoarce la trigrama Kun ☷. Altfel spus, cele Opt Trigrame postnatale se întorc la cele congenitale. În cele din urmă, scopul de a media Yin și Yang va fi atins.

Joncțiunea dintre diafragmele superioare și inferioare reprezintă deschiderile Xuan. Termenii, deschiderile Xuan și Fu, au fost consemnați pentru prima dată în capitolul șase. În Laozi se spune: "Spiritul Văii nu moare niciodată, care se numește Xuan și Pin. Deschiderile Xuan și Pin sunt considerate ca fiind rădăcinile vieții. Continuitatea ființelor umane se datorează acestor două deschideri". În *Cartea Schimbărilor*, Xuan simbolizează cerul și Qian, între timp, Pin simbolizează pământul și Kun. Deschiderile Xuan și Qian sunt organele-cheie ale corpului. Viața umană își are originea în ele. Energia circulă prin diafragmele superioare și inferioare. Se mai numește și ciclul vieții mici.

Ciclul mare se referă la relația dintre Qian și Kun. Primul proces constă în umplerea lui Li cu trigrama Kan. Al doilea proces constă în faptul că cele Opt Trigrame postnatale se întorc la cele Opt Trigrame congenitale. Altfel spus, trigrama Li devine trigrama Qian, iar trigrama Kan devine trigrama Kun. În acest moment, ciclurile Mao și You sunt numite și relaţii sexuale ale lui Qian și Kun, adică Marele Ciclu (Trigramele Kan și Li au fost în poziția de Mao și You.)

Ciclul Mare din Qigong-ul modern dezvoltă exercițiile ciclului celor douăsprezece canale pe baza conexiunii dintre canalele Ren și Du. În prezent, este o metodă populară de Qigong. Atât *He Xiang Zhuang Qigong*, cât și *Da Yan Qigong* adoptă această teorie. Scopul general este ca energia să fie condusă sub controlul minții, astfel încât sângele și energia să circule fără probleme.

Școala taoistă pune accentul pe cultivarea minții și a corpului. În detaliu, deschiderile superioare se ocupă de minte, iar cele inferioare se ocupă de viață. Trigrama Li și Focul aparțin minții, iar Kan și Apa aparțin vieții. Mintea și corpul depind și se leagă una de cealaltă. Școala taoistă susține că se păstrează atât deschiderile inferioare, cât și cele superioare. Aceasta înseamnă că cultivarea minții și a corpului au aceeași importanță. Așadar, Qigong-ul taoist liniștit subliniază că sunt păstrate atât deschiderile superioare Zuqiao, cât și cele inferioare Qihai. În același timp, canalele Ren și Du sunt deschise. Astfel, energia va circula prin Ciclurile Mic și Mare.

Secțiunea 3. *Cartea Schimbărilor* și Qigong-ul budist

Qigong-ul budist are trăsăturile distinctive ale blândeții, calmului și netezimii prezentate în trigrama Kun din *Cartea Schimbărilor*, care aparține Qigong-ului liniștit. Șederea în meditație este cultivarea de bază în Qigong budist. Potrivit legendei, Siddnartha Gautama, fondatorul budismului, a devenit iluminat după ce a stat în meditație timp de șapte zile și șapte nopți sub copacul bodhi.

Cunoscut ulterior sub numele de "Budda" (cel iluminat), el a pledat pentru abstinență ca fiind pasul de bază spre liniște. Calmul și înțelepciunea sunt două dintre scopurile maeștrilor budiști. Așadar, cei trei pași majori, abținerea, calmul și înțelepciunea, sunt principii importante pe care budiștii trebuie să le urmeze. Școala taoistă pune accentul pe vid, școala budistă pune accentul pe goliciune. Ramurile din cadrul școlii budiste, cum ar fi ramurile Tiantai, Zongmi și Mi Oriental, acordă atenție cultivării minții. În *Him Ming Clasic*, se pune accentul pe cultivarea atât a minții, cât și a corpului. *Cuvinte alegorice budiste*, nr. 12 spune: "Doctrina budistă compară mintea cu tigrul, care înseamnă 'mișcare', și compară corpul cu 'liniștea'". Combinația dintre mișcare și liniște înseamnă cuvinte alegorice budiste. *Noile scrieri* ale lui Zhao De spune: "dacă apa este suficient de liniștită, totul se reflectă clar. Dacă mintea este calmă, atunci crește înțelepciunea". Calmul în școala budistă are o relație cu Yoga indiană. Chanmi Qigong este un secret al școlii budiste. Qigong-ul

înțelepciunii aparține de Chanmi Qigong.

Calmul în Qigong-ul budist nu înseamnă pur și simplu liniște absolută. Există o anumită mișcare în calm. Atunci când se stă în meditație, există un ușor tremur spontan în corp; este una dintre cele opt forme de mișcare. Este o reacție fiziologică și psihologică după intrarea în starea de calm. Reacția este benefică pentru sănătate. Secta Chan este baza școlii budiste. Budiștii susțin că mintea ar trebui să fie separată de corp, permițând fiecărui budist să devină iluminat. Clasicul Ban Ruo pune accentul pe această inactivitate; totul poate fi activat, ceea ce înseamnă să lași lucrurile să își urmeze propriul curs.

Șederea în meditație în Qigong-ul budist se numește de obicei antrenamentul de contemplație. Acesta a fost introdus în China din India în timpul dinastiilor de Nord și de Sud, "Ch'an" se referă la meditația profundă. Teoria sa constă în contemplarea prelungită și intensă, astfel încât să purifice mintea. Șederea în meditație face parte din Qigong-ul liniștit, care poate regla gândirea și respirația într-o stare de armonie. Este benefic pentru unele boli de consum. Postura de a sta în meditație este de a încrucișa picioarele și de a îndrepta spatele. *Da Zhi Du Lunt Volumul 7* spune: "Dintre toate posturile de ședere, încrucișarea picioarelor este cea mai stabilă și confortabilă. Această postură de ședere îl poate ajuta, de asemenea, pe budist să ajungă cu ușurință la o meditație profundă. Șederea în meditație în cooperare cu reglarea gândirii și a respirației este benefică pentru corp și minte și permite o viață lungă. Mai mult, poate ajuta la recuperarea unor boli cronice. Din acest motiv, Byddhistii susțin foarte mult Qian și îl compară cu o bijuterie. Dacă un budist îl stăpânește, va stăpâni toate celelalte.

Pe scurt, Qigong-ul școlii budiste pune accentul pe calm, pe goliciune și pe separarea minții și a corpului. Cu toate acestea, Qigong-ul din școlile confucianistă și taoistă aderă la unitatea dintre minte și corp.

Cele trei școli de Qigong au propriile lor caracteristici remarcabile. Dar teoria fiecărei școli este extrasă din *Cartea Schimbărilor*. Fiecare dintre ele este coordonarea sintetică a trei principii, și anume, expirația și inspirația, conducerea și meditația. Qigong-ul școlilor confucianistă, taoistă și budistă, în calitate de cele trei școli majore de Qigong, a adus contribuții mari și pozitive la formarea și dezvoltarea Qigong-ului chinezesc.

(Traducere de Sun Bingtang)

Capitolul 17

Cartea schimbărilor și știința creierului

Secțiunea 1. Reevaluarea rolului dinamic al conștiinței

Qian Xuesen, un celebru om de știință din China, a spus odată: "Existența terapiei omului este primul salt în istoria medicinei; prevenirea în medicină este al doilea salt; convalescența este al treilea salt; iar medicina intelectuală a devenit o parte a celui de-al patrulea salt".

În prezent, semnificația dezvoltării psihofiziologiei a fost numită al patrulea salt în medicină. Medicina intelectuală este partea principală a științelor creierului și are ca scop dezvoltarea inteligenței umane.

Dezvoltarea avansată a creierului uman a permis omului să depășească alte animale. Prin urmare, este încă necesar să se facă din creier un punct de descoperire pentru a cerceta misterul vieții umane. Rămâne de exploatat un mare potențial în utilizarea creierului. Capacitatea surprinzătoare a creierului trebuie neapărat să fie dezvăluită. Qian Xuesen a spus: "Spiritul este mișcarea materiei (creierul) și are, de asemenea, un efect asupra materiei (organele corpului)".

Faptul că, în cadrul Qigong-ului, conștiința predomină mișcarea creierului arată rolul dinamic al conștiinței asupra funcțiilor corpului uman. Acest lucru se numește "feedback biologic". Adică, omul poate efectua o acțiune fiziologică prin intermediul conștiinței, aceasta este considerată

ca un fel de feedback al conștiinței, care poate reacționa la un nivel scăzut, dar este cel mai înalt nivel al fenomenului vieții. Wang Jialin, care lucrează la Institutul de Cercetare a Științelor Medicale din provincia Yunnan, a demonstrat, prin experimente științifice moderne, că conștiința poate domina organele interne. Acest lucru a contestat ideea tradițională conform căreia conștiința nu poate domina organele interne.

Funcționarea creierului în cadrul Qigong-ului arată că trebuie să reconsiderăm rolul dinamic al conștiinței. Relația dintre conștiință și materie este o parte importantă a materialismului dialectic, conform căruia, materia este primară, în timp ce conștiința este secundară. Pe măsură ce se dezvoltă până la un anumit grad, materia va produce conștiința, care reflectă materia. Cu toate acestea, activitățile conștiinței în cadrul Qigong-ului arată marea putere a conștiinței. Astfel, reevaluarea capacității conștiinței provoacă domeniul filosofiei.

Practica Qigong-ului a dovedit următoarele aspecte: În primul rând, este evident necesar să se îmbunătățească poziția conștiinței; În al doilea rând, conștiința ar trebui să fie, de asemenea, o materie independentă; În sfârșit, conștiința și materia depind una de cealaltă și sunt interschimbabile. În caz contrar, cum putem explica diferitele activități paranormale ale conștiinței sub influența Qigong-ului? Fenomenul de telepatie care a atras atenția atât în țară, cât și în străinătate, poate fi un fenomen de materie - un tip de semn informațional care se află în univers și care poate fi transmis în anumite condiții. Odată ce codurile informaționale vor putea fi dezvăluite, științele umane vor intra într-o nouă eră. Aceasta formează perspectiva largă a studiului creierului.

Secțiunea 2. Scurtă prezentare a dezvoltării psihofiziologiei - atât în țară, cât și în străinătate

Psihofiziologia este o nouă frontieră științifică. Atât în medicina orientală, cât și în cea occidentală, studiul creierului a fost mult timp într-o stare de stagnare. În urmă cu două mii de ani, înregistrările arată că China avea deja cunoștințe despre creier. De exemplu, *Qi wei: Chun-qiu: Yuan Ming Bao* spune: "Spiritul uman se află în creier". În China antică, creierul era numit o minge de noroi. O carte din școala taoistă *Huangting Neijingjing* spune: "Fiecare articulație a mingii de noroi are spirit". "Tăvălugul nervului cerebral este mingea de noroi". De aici putem vedea că oamenii din China antică observaseră deja relația dintre creier și neurologie. *Întrebările simple* și *Pivotul spiritual* din *Canonul de medicină al împăratului* oferă o înțelegere clară a rolului creierului. De exemplu, *Pivot spiritual: Hat Lun* spune: "Creierul este marea măduvei". Este consemnat în *Întrebări simple: Mat Yaojing Wei Lun* că, dacă creierul unei persoane este bolnav, este probabil ca aceasta să aibă *tinitus (țiuitul urechilor)*, să nu vadă nimic și să vrea doar să se culce și să se odihnească. Spiritul său poate fi dispărut. Adesea spunem un cap amețit și o vedere slabă. Acestea sugerează că creierul este legat de spirit, de simțul auzului și de simțul vederii. Se consemnează că "Creierul, măduva, oasele, arterele și venele, bila și uterul, toate aceste șase sunt copii de Di Qi (energia vitală a pământului), toate se ascund în Yin și reflectă pământul, așa că se înmagazinează și nu se descarcă". Creierul și măduva fuseseră numite organe. Dar creierul nu a fost niciodată considerat ca un organ intern independent al corpului. El a fost întotdeauna considerat ca o parte a inimii. În dinastia Ming, Li Shtzhen a avansat ideea că creierul era casa zeului prim: În dinastia Qing, precursorul anatomiei chinezești, Wang Qingren a avansat ideea că inspirația bruscă și memoria se află în creier (din cartea *Corectarea erorilor din lucrările medicale*). Aceste două idei au adus psihofiziologia pe un nou tărâm și au desființat teoria conform căreia inima și creierul erau unite. Deoarece MTC credea de mult timp că creierul aparține inimii, sistemul nervos central și sângele au fost mult timp discutate împreună. Ca urmare, dezvoltarea psihofiziologiei a fost mult limitată, deși creierul este comandantul suprem al corpului și centrul vieții umane.

Dezvoltarea psihofiziologiei în Occident a fost la fel ca în China. Ea nu a îmbrățișat o dezvoltare rapidă până când activitatea de cercetare a emisferelor cerebrale nu a fost realizată de Pavlov și de un alt om de știință în anii 1870. Dezvoltarea rapidă a tuturor științelor din epoca modernă a împins înainte dezvoltarea psihofiziologiei. Unele tehnici moderne, cum ar fi electroencefalograma, magnetograma cerebrală, fluxul sanguin cerebral etc., contribuie la dezvoltarea acesteia. Transplantul de creier pe animale de laborator a avut succes. Visul transplanturilor de creier uman va deveni în curând realitate.

Creierul uman are o mare capacitate potențială care a rămas neexploatată. Faptul că *homo sapiens* a evoluat în *homo sapien sapiens* este mai presus de toate rezultatul muncii. Prin urmare, munca este condiția prealabilă pentru exploatarea creierului. Cu alte cuvinte, utilizarea sugerează progresul, în timp ce nefolosirea sugerează regresul.

În mod surprinzător, doar aproximativ 20% din potențialul nostru mental este exploatat în mod normal. Qigong-ul este o modalitate bună de a dezvolta inteligența. Școala taoistă și școala budistă au metode speciale. Astfel, pentru a-l exploata, Qigong-ul devine necesar.

Creierul uman este compus din peste 15 miliarde de celule nervoase, care sunt clasificate în 50 de milioane de tipuri. Este un sistem informațional extraordinar. Acesta poate stoca în mod surprinzător aproximativ 1,4 trilioane de tipuri de informații. Cu toate acestea, doar un număr mic de celule nervoase sunt utilizate pe parcursul vieții. Chiar și cel mai modern computer nu se poate compara cu țesuturile complexe ale creierului uman. Ceea ce este uimitor este că degradarea creierului este mult mai lentă decât cea a oricărei alte părți a corpului. Dimensiunea și greutatea reprezintă volumul său de informații. După vârsta de 80 de ani, greutatea sa scade în medie cu doar 6,6 grame. În plus, este neobișnuit ca creierul să scadă odată cu vârsta. Senilitatea are loc doar într-o anumită zonă. Conform cercetărilor oamenilor de știință moderni, decrepitudinea creierului este doar decrepitudinea unui anumit grup de celule cerebrale, care va fi înlocuit de un alt grup.

Decrepitudinea sa nu este proporțională cu vârsta. Mai ales, capacitatea mentală a unei persoane nu este susceptibilă de a scădea. Doi oameni de știință americani au constatat că numărul de dendrite, lungimea și ramificațiile celulelor cerebrale ale persoanelor vârstnice sănătoase le depășesc în mod evident pe cele ale persoanelor de vârstă mijlocie. Altfel spus, deși oamenii îmbătrânesc, asta nu înseamnă că și creierul îmbătrânește (arterioscleroza din creier este o boală și trebuie exclusă în acest sens). Astfel, avem motive să spunem că capacitatea creierului nu are limite. Structura fiziologică a creierului ne oferă o bază științifică pentru dezvoltarea inteligenței.

Capacitatea potențială a creierului se manifestă în situații de urgență. În proverbul "oamenii dau dovadă de ingeniozitate în situații de urgență" dezvăluie acest adevăr. Cei al căror creier are funcții speciale pot valorifica la maximum capacitatea potențială a creierului lor. Unele creiere au funcția de psihokinezie sau telepatie sau precogniție sau psiho-testament. De exemplu, Zhu Dazheng poate prezice cutremurele, iar Du Yongcheng poate prospecta zăcăminte de minerale fără niciun instrument. De aici putem vedea că creierul uman este măreț. S-a constatat că Qigong-ul poate provoca aceste funcții speciale ale creierului. Meditația sub Qigong poate descoperi, primi și trata informațiile pe care oamenii obișnuiți nu le pot percepe. Cazul lui Du Yongcheng este un bun exemplu. El a spus: "*Poate că aceasta este un fel de funcție de recepție a informațiilor naturale. Toate obiectele din lume trimit informații. Nervii cerebrali funcționează ca un receptor. Banda de recepție a oamenilor obișnuiți este foarte îngustă, sau nu este deschisă. Prin practicarea Qigong-ului, banda de recepție poate fi lărgită sau deschisă pentru a primi diverse informații de la distanță*". (pagina 19, numărul 4, 1987, Qigong chinezesc).

S-a dovedit în practică că Qigong-ul poate crește intensitatea unui electroencefalograf. Zhu Cansheng de la Universitatea din Nanjing, împreună cu un maestru de Qigong, susține că a reușit să proiecteze cu succes gânduri către alți profesori. Prin urmare, unii specialiști afirmă că multe persoane pot obține o astfel de capacitate prin învățarea și practicarea Qigong-ului. Dacă vom reuși să dovedim unele principii în acest aspect, vom putea stabili un nou domeniu în dezvoltarea inteligenței.

Cele de mai sus indică faptul că Qigong-ul poate influența dezvoltarea creierului. Practicarea Qigong-ului poate îmbunătăți puterea undelor cerebrale și poate schimba funcțiile creierului.

Secțiunea 3. Cartea schimbărilor și dezvoltarea psihofiziologiei

Cartea Schimbărilor este originea Qigong-ului chinezesc. Qigong-ul mobil și nemișcat și teoriile lor din școlile confucianistă, budistă și taoistă provin din *Cartea Schimbărilor.* Schimbările acordă o mare importanță atât mișcării, cât și odihnei, subliniind unitatea dintre mișcare și odihnă. Ideea sa generală este "producția și reproducerea pot fi procesul de schimbare". Lucrarea preconizează, de asemenea, antrenarea Jing Qi, adică păstrarea sănătății prin imitarea creaturilor. De

exemplu, se spune în *Marele simbolism* în Trigrama Ding din Yi: "Simbolul lemnului și, deasupra lui, cel al focului formează Ding. Omul superior, în conformitate cu acesta, își păstrează fiecare poziție corectă și se menține în siguranță în numirea cerului". Se spune în *Marele Tratat despre Yi* , "Șerpii și dragonii se conservă prin hibernare". Acesta le spune oamenilor să se păstreze pe ei înșiși imitând șerpii și dragonii în a se odihni complet. Acest lucru este în concordanță cu ceea ce este consemnat în *Shan Hai Jing* - să se mențină în stare bună de sănătate imitând șerpii și dragonii în a nu se odihni, a nu mânca și a nu dormi. În plus, oamenii imită, de asemenea, o țestoasă în a se odihni. Așa cum este consemnat în Shan Hai Jing, șarpele cu cap de om se poate schimba în 72 de forme diferite în fiecare zi. *Cartea Schimbărilor* susține: "Când o serie de schimbări și-au urmat cursul, urmează o altă schimbare. Atunci când obține cursul liber, ea va continua mult timp". În acest sens, *Shan Hai Jing* și *Cartea Schimbărilor* sunt în acord, ambele punând accentul pe unitatea dintre dinamic și static. Teoria schimbărilor și a cursurilor libere din *Cartea Schimbărilor* constituie baza teoretică pentru dezvoltarea psihofiziologiei.

Secțiunea 4. Qigong-ul creierului

Qigong-ul creierului este o modalitate eficientă de a îmbunătăți funcția și capacitatea potențială a creierului. Qian, în *Cartea schimbărilor*, pledează pentru mișcare și forță. Kun pledează pentru odihnă și blândețe. În perspectiva unității dintre dinamic și static, atât Qigong-ul motric, cât și cel nemișcat au efecte bune asupra creierului.

I . Qigong-ul motric al creierului

1) Qigongul de conducere a minții în Ciclul mare

Scopul său este de a păstra energia și de a hrăni creierul. Faceți conform următoarelor indicații (vezi figura 17-1):

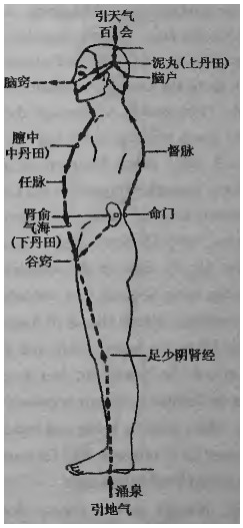


Figura 17-1. Conducerea minții în Ciclul mare Qigong

百会 Baihui 引天气 draw Heaven Qi from here
脑窍 Naoqiao 膻中(中丹田)Shanzhong (Middle Elixir Field)
任脉 Ren channel 肾俞 Shenyu (Kidney Yu)
气海(下丹田)Qihai (Lower Elixir Field) 谷窍 Guqiao
涌泉 Yongquan 引地气 Draw Earth Qi from here
足少阴肾经 Kidney channel of foot-ShaoYin 命门 Mingmen
脑户 Naohu 泥丸(上丹田)Mudball (Upper Elixir Field)

Note la această figură

Mai întâi, stați în mod natural cu mâinile pe lângă corp, închideți ochii cu limba la cerul gurii. Respirați de mai multe ori, apoi ridicați mâinile, ridicați călcâiele, atrăgând Qi-ul Cerului (energia vitală a cerului) de la acupunctul Baihui din vârful capului spre creier. Păstrați Qi-ul meditând pe Mudball (hipofiza creierului - punctul central al vieții). În al doilea rând, coborâți mâinile până în spatele capului, încrucișați mâinile și cuprindeți capul, atrageți Qi prin mâini de la

față la Shanzhong, păstrați Qi meditând pe Xingong (în spatele părții centrale a osului pieptului). În al treilea rând, atrageți Qi către Câmpul inferior al elixirului (3 cun* sub navală). Puneți cele două mâini împreună sub naval Păstrați Qi meditând pe Minggong. Dacă există Qi rău, alungați-l din Xia Gu Dao. În al patrulea rând, respirați de mai multe ori, îndoiți corpul și picioarele, țineți Di Qi (energia vitală a pământului) cu mâinile și trimiteți Di Qi către meridianul rinichilor de la Yongquan de la baza picioarelor. Apoi trimiteți Di Qi prin meridian până la rinichi. Cu cele două mâini care se încrucișează în partea din spate a taliei, mențineți Di Qi la Shen Gong (2 cun * în interiorul Mingmei ca în diagramă), apoi atrageți Qi din Shenyu prin Mingmei spre meridianul Du. Qi va continua să urce în sus spre spate, gât și în cele din urmă va ajunge la creier prin Naohu, păstrați Qi acolo. Conduceți prin meditație Qi rău afară din Naoqiao (în spatele nărilor).

Qigong-ul cu ciclu mare condus de minte este un proces de gândire, care, cu ajutorul respirației, îmbină Qi din cer, pământ, soare și Lună și trimite acest Qi către inimă, creier și rinichi. În timp ce îl faceți, puteți folosi și mâinile și picioarele pentru a coopera cu respirația. Puteți fi flexibili, fără a fi neapărat prea consecvenți. Este adevărat că acolo unde există creștere și venire, există și cădere și plecare. Atunci când Qi clar este inspirat, Qi rău trebuie să fie expirat.

2) Qigong-ul cu ciclu mic condus de minte

Figura 17-2. Qigong cu ciclu mic de conducere a minții

百会 Baihui 泥丸 Mudball 脑户 Naohu 天柱 Tianzhu
肾俞 Shenyu 命门 Mingmen

Note la această figură

Stați în mod natural, respirați de mai multe ori, închideți ochii cu limba la cerul gurii. Atrageți Qi-ul rinichiului meditând pe punctul de acupunctură Shenyu prin Mingmen spre meridianul Du. Faceți ca Qi să urce spre creier prin Naohu. Când creierul este umplut cu acest Qi, păstrați Qi în Naogong (3 cun *) sub Baihui, aproape de locul unde se află hipofiza cerebrală). Apoi, faceți ca Qi să iasă din Naohu și să coboare de-a lungul Tianzhu până la Shenyu, păstrați Qi în Shengong (2 cun * în interiorul Mingmei). Apoi, respirând de mai multe ori, atrageți din nou Qi din Shenyu spre creier. Făcând acest lucru în mod repetat vă poate revigora creierul.

Conform Aranjamentului ulterior al regelui Wen, trigrama Li se referă la inimă (creier), reprezentând focul. Trigrama Kan se referă la rinichi (viața) și este simbolul liniar al apei. Cu alte cuvinte, a atrage Kan pentru a o ajuta pe Li înseamnă a atrage sperma pentru a hrăni creierul. În *Canonul de medicină al împăratului* se spune: "Rinichiul produce măduva. .... Creierul este marea

* A: Când degetul mijlociu este flectat, distanța dintre capetele radiale ale celor două cute interfalangiene ale degetului mijlociu al pacientului este luată ca 1 cun. B: Lățimea articulației interfalangiene a degetului mare al pacientului este luată ca 2 cun . C; Când cele patru degete (arătător, mijlociu, inelar și mic) țin aproape, lățimea lor la nivelul pliului interfalangian proximal a degetului mijlociu este luată ca 3 cun.

de măduvă". În vârful frunții, canalul Du este legat de parietal. Canalul Du urcă în mintea Lao. Canalul Du este, de asemenea, legat de rinichi. Prin urmare, principiul Qigong-ului cu Ciclu mic care conduce mintea este acela de a atrage Qi-ul semenului prin meditație către creier și de a-l hrăni prin canalul Du. Pe toată durata întregului curs de Qigong al creierului, gândurile trebuie să se concentreze pe canalul de la rinichi la canalul Du și, în final, la creier. Gândurile trebuie menținute în punctul trei *cun** sub Baihui. Este important să se respecte practicarea Qigong-ului creierului. Acesta poate dezvolta funcțiile creierului și capacitatea potențială și poate întârzia senilitatea.

II. Qigong-ul nemișcat al creierului

Qigong-ul nemișcat al creierului este de a produce înțelepciune prin calm și odihnă. Școala budistă consideră că calmul și odihna pot îmbunătăți funcționarea creierului. *Canonul de medicină al împăratului* include referiri la această practică. De exemplu, *Întrebări simple: Sheng Qi Tong Tian Lun Pian*, se spune: "Sfinții răspândesc spiritul și știu ce se face prin puterea spirituală". Wu Zhen Pian, din școala budistă, pune accentul pe executarea de sine și a voinței sale, adică pe cultivarea propriei inimi.

Într-o singură zi, oamenii pot avea treisprezece miliarde de gânduri care le distrag atenția, care fac rău creierului, în special intenții rele. Potrivit unor cercetări străine, gelozia poate produce suficientă endotoxină pentru a otrăvi un animal mic. Prin urmare, oamenii ar trebui să acumuleze virtute și să facă binele. Oamenii ar trebui să încerce să aibă mai puține gânduri rele, malițioase și răutăcioase. Numai în acest fel pot avea o viață lungă.

Scopul Qigong-ului nemișcat al creierului este de a îmbunătăți inteligența prin eliminarea gândurilor care distrag atenția, purificarea creierului și odihna creierului. Taoiștii și budiștii chinezi pledează în special pentru producerea înțelepciunii prin claritate și odihnă. *Dao Cangz Du Ren Jing* pledează pentru unicitate, cumpătare și renunțarea la gândurile nepotrivite. Laozi (fondatorul taoismului) pledează pentru a fi liniștit și a lăsa lucrurile să-și urmeze propriul curs. Școala budistă pledează pentru a deveni lipsit de lumea senzorială. Qigong-ul nemișcat al creierului se împarte în două aspecte: *Walking Alone Qigong* și *Sitting Quietly Qigong*. Walking Alone Qigong: Într-un loc liniștit și retras, mergeți încet, respirați încet, profund și ritmic. Prețuiți o dorință bună, eliminați ideile care vă distrag atenția. În cele din urmă intoxicați-vă cu dorința bună și apoi intrați într-o dispoziție placidă, fără niciun gând sau dorință. Odihniți-vă complet creierul. În acest moment, vă veți afla într-o astfel de stare: Nu auziți nimic, deși auziți ceva. Acest lucru va face bine dezvoltării intelectuale. Zhuangzi a consemnat ceea ce Confucius i-a spus lui Yan Hui: "Când asculți, asculți de fapt cu inima ta, cu voința ta Qi, nu doar cu urechile. Modestia este antrenarea inimii și a minții tale" (*Zhuangzi: Al patrulea în lumea umană*).

Este mai bine să faceți acest Qigong la asfințit, la lumina Lunii. Această metodă este potrivită în special pentru cei care lucrează mental. După ce faceți acest Qigong, creierul va fi împrospătat și veți putea lucra mai eficient.

Qigong-ul liniștit: Închideți ușa, așezați-vă cu capul înclinat pe spate și cu ochii pe jumătate închiși într-o stare confortabilă; respirați încet și profund sau executați în tăcere. Ajungeți treptat la starea de Jing (nemișcare și liniște). Dar Jing nu înseamnă să vă rețineți cortexul cerebral. După ce ați ajuns la starea de Jing, trebuie să priviți activ în interiorul *mingii de noroi* (creierul), să păstrați Qi în punctul 3 *cun** sub Baihui. După un timp, deschideți încet ochii și spălați-vă pe față. Creierul tău se va simți proaspăt. Apoi puteți lucra mai eficient. Acest lucru este în conformitate cu ceea ce spune școala budistă: ședereа în meditație, calmul și odihna pot produce înțelepciune". După cum spune Zhao De Xin Bian: "Dacă apa este suficient de limpede, poate avea o imagine foarte clară; sentimentul de calm suficient poate produce înțelepciune. Confucius i-a spus elevului său Yan Hui să stea ca și cum ar fi uitat de el însuși și să ajungă la o astfel de stare: liniște și minte limpede. Acest lucru se numește "Zuo Wang" Toate aceste principii de păstrare a sănătății sunt aplicarea teoriei din *Cartea Schimbărilor* - Kun trebuie să fie liniștit, blând și docil.

III. Revigorarea creierului Qigong prin exerciții de mâini și picioare

A treia modalitate de Qigong a creierului este Qigong revigorant al creierului prin mâini și

picioare. Deoarece mâinile și picioarele sunt legate de creier, exersarea mâinilor și a picioarelor poate revigora creierul. *Canonul de Medicină al Împăratului* spune: "Cele patru membre sunt baza întregului Yang" (*Întrebări simple: Yang Ming Mai Jie Pian*). Capul este șeful tuturor Yang-urilor. Relația dintre cap și capetele celor patru membre este de o importanță vitală. Cele patru membre sunt strâns legate de cap prin meridiane. De exemplu, trei canale Yang ale mâinilor merg de la mâini la cap; trei canale Yang ale picioarelor merg de la cap la picioare. Mâinile și picioarele sunt sursele de Qi ale celor trei canale Yang ale mâinii și ale celor trei canale Yang ale picioarelor. Așadar, în punctele de acupunctură Laogong de pe palmă și Yongquan de pe talpă există meridiane care duc la creier. Aceasta este baza teoretică pentru revigorarea Qigong-ului creierului prin exerciții pentru mâini și picioare.

Este potrivit să faceți acest Qigong în timpul pauzelor de la serviciu. Cele două emisfere cerebrale funcționează separat, dar cooperează. Partea stângă este folosită în principal pentru gândire, înțelegere, calcul și limbaj (analitic). Partea dreaptă este folosită în principal pentru memorie, imagine, simțire, sentiment și muzică (creativitate). Prin urmare, persoanele care lucrează în principal cu partea stângă pot dobândi convalescență prin exersarea mâinii drepte, în timp ce persoanele care lucrează în principal cu partea dreaptă pot dobândi convalescență prin exersarea mâinii stângi. De asemenea, acestea pot face Hand Gong sau Foot Gong pentru a revigora creierul. O persoană care este slabă în Qi-ul inimii ar trebui să facă Hand Gong, deoarece Qi-ul meridianului din Laogong de pe palmă poate ajunge la inimă. Inima și intestinul subțire sunt conectate. Acest Qi poate merge în sus, de la intestinul subțire la inimă, la față, la ochi și, în final, la creier. Aceasta se face prin deplasarea a două nuci sau a două bile de oțel în fiecare *acupoint* din Laogong din palmă, atrăgând prin meditație meridianul Qi din Laogong de-a lungul canalului Inimii din Hand-Shaoyin până la inimă, apoi prin meridianul Intestinului subțire din Hand-Taiyang până la cap și umplând creierul cu Qi.

O persoană care este slabă în Qi de rinichi ar trebui să facă în principal Foot Gong, pentru că Qi poate urca din Yongquan prin meridianul rinichi până la rinichi, apoi prin meridianul vezicii urinare, care este conectat cu rinichii, Qi poate ajunge la creier din parietal. Se face prin rostogolirea unei mingi sau a unui băț rotund cu picioarele goale, atrăgând meridianul Qi prin meridianul vezicii urinare până la creier. Dacă faceți Hand și Foot Gong împreună, efectul va fi mai bun.

Revigorarea creierului prin manipularea punctelor de acupunctură:

Qigong-ul motivat și nemișcat al creierului și Gong-ul mâinilor și picioarelor, toate pot revigora creierul. Indiferent de Gong-ul pe care îl faceți, trebuie să-l accentuați prin bătăi ușoare pe cap, masând scalpul și manipulând punctele de acupunctură care pot revigora creierul.

Atunci când masați sau manipulați punctele de acupunctură, ar trebui să acordați o mare importanță canalului Du și meridianului ficatului și rinichiului, deoarece canalul Du are cea mai lungă parte în cap și este strâns legat de creier. Ficatul și rinichii sunt resursele creierului. În plus, ar trebui, de asemenea, să acordați multă atenție meridianului vezicii urinare, meridianului vezicii biliare, meridianului San Jiao, meridianului intestinului gros și meridianului intestinului subțire, deoarece toate aceste meridiane se îndreaptă spre creier. Ar trebui să manipulați următoarele puncte de acupunctură:

Baihui aparține canalului Du, la mijlocul liniei care leagă vârfurile celor două urechi. Taiyang aparține punctelor suplimentare ale capului și gâtului, între capătul lateral al sprâncenelor și cantul extern. Shenting aparține canalului Du, la mijlocul liniei anterioare a părului. Fengfu aparține canalului Du, la 1 *cun** direct deasupra punctului median al liniei posterioare a părului. Fengchi aparține meridianului vezicii biliare al Foot-Shaoyang, pe partea dorsală, 1,5 *cun** lateral, la același nivel cu Fengfu. Jingming aparține meridianului vezicii urinare al Foot-Taiyang, pe față, în depresiunea situată puțin deasupra cantului intern. Dazhui aparține meridianului Du, pe linia mediană posterioară, în depresiunea de sub apofiza spinoasă a celei de-a șaptea vertebre cervicale. Naohu este punctul de intersecție al Canalului Du și al meridianului vezicii urinare, la 1,5 *cun** deasupra lui Fengfu. Aceste puncte de acupunctură au un rol de reglare asupra creierului, deci sunt foarte importante. Hegu aparține meridianului intestinului gros al Hand - Yangming, pe partea

dorsală a mâinii, între primul și al doilea os metacarpian și pe partea radicală a punctului median al celui de-al doilea os metacarpian. Acest *acupoint* poate afecta creierul. Yongquan aparține meridianului rinichiului de Foot-Shaoyin, pe punctul scufundat din partea inferioară a picioarelor, acesta afectează creierul. Taichong aparține meridianului hepatic al Foot-Jueyin, pe tălpile piciorului, în depresiunea extremității posterioare a primului spațiu interosos metatarsian. Shixuan aparține Punctelor Extra, pe vârful celor zece degete, este conectat la creier și la sistemul nervos central.

Aceste puncte de acupunctură trebuie apăsate ușor împreună cu gândul. Veți obține Qi, dacă simțiți durere, apatie sau balonare. Yang clar se va ridica după ce ați apăsat punctele de acupunctură, iar creierul va fi împrospătat. Pe scurt, poate îmbunătăți circulația sângelui și funcția creierului. Revigorarea creierului prin Qigong este potrivit pentru toată lumea, mai ales pentru cei care lucrează cu mintea, deoarece munca mentală este foarte intensă și creierul este mereu în stare de suprasolicitare. Qigong-ul creierului poate aduce beneficii creierului și poate îmbunătăți eficiența muncii. Vezi punctele de acupunctură de revigorare a creierului în tabelul 17-3 (celelalte puncte se găsesc în capitolul 20, Cartea schimbărilor și medicina estetică).

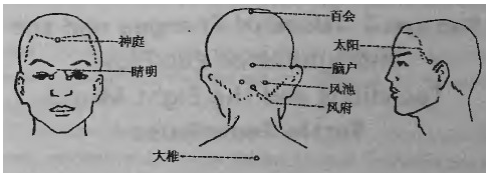


Figura 17-3. Revigorarea creierului prin manipularea punctelor de acupunctură

神庭 Shenting 睛明 Jingming 百会 Baihui 大椎 Dazhui
脑户 Naobu 风池 Fengchi 太阳 Tai Yang 风府 Fengfu

Note la figură

(Traducere de Wang Suqing)

Capitolul 18

Cartea Schimbărilor și studiul acupuncturii și moxibustiei

Secțiunea 1. Cartea Schimbărilor și fluxul de reflux de la miezul nopții la prânz și cele opt tehnici ale broaștei țestoase magice

Cartea Schimbărilor este strâns legată de acupunctură și moxibustie. Ea a oferit un ghid pentru studiul acupuncturii și al moxibustiei.

Midnight-Noon Ebb-Flow (Flux-Refluxul de la Miezul Nopții) este o teorie clasică a timpului de acupunctură; ea selectează punctele de acupunctură adecvate în funcție de momentul deschiderii și închiderii Qi-ului din cele douăsprezece canale; metoda sa constă în prezicerea stării de reflux și flux în funcție de Tulpinile cerești și Ramurile terestre. Modificările Qi-ului și ale sângelui din cele Douăsprezece Canale se bazează pe fluxul și refluxul lui Yin și Yang în timpul zilei și al nopții. Prin urmare, miezul nopții este Zi, Zi este Yin suprem și transmutarea inevitabilă a Yin-ului suprapus în Yang, Qi urcă la miezul nopții; dimineața este Mao, în care Yin este deficitar și Yang este excesiv; la amiază este Wu, care este Yang-ul suprem, Yang-ul suprapus este inevitabil transmis în Yin și Qi coboară la amiază; la amiază este You, în care Yin curge și Yang scade treptat. Fluxul și refluxul lui Yin și Yang reprezintă chintesența *Cărții Schimbărilor*, care susține că schimbările celor două influențe ale lui Yin și Yang își au originea în activitatea universului, a soarelui și a Lunii. Prin urmare, pe baza fluxului și refluxului lui Yin și Yang din *Cartea Schimbărilor* și a *Canonului de Medicină al Împăratului*, teoria fluxului și refluxului de la miezul nopții și de la prânz este aceea că ascensiunea și coborârea și inflamările multiple ale Qi, corespund lucrării zilei și a nopții sau a

soarelui și a Lunii, care selectează punctele de acupunctură în funcție de urcarea și coborârea periodică a Qi, precum și de elaborarea legii ceasului biologic din *Canonul de Medicină al Împăratului* și de sincronizarea Tulpinilor și Ramurilor.

Midnight-Noon Ebb-Flow privește cele Douăsprezece Ramuri ca reper, acumulează cele Douăsprezece Shichen (fiecare dintre cele douăsprezece perioade de timp dintr-o zi), fiecare Shichen are două ore, iar cele Douăsprezece Canale ale corpului reprezentând cele Douăsprezece Shichen, respectiv cele Douăsprezece Shichen, după cum se vede în tabelul 18-1.

Cele douăsprezece ramuri	Yin	Mao	Chen	Si	Wu	Wei
Cei doisprezece Shichen	Orele 3-5	5-7	7-9	9-11	11-13	13-15
Cele douăsprezece canale	plămân	intestinul gros	stomac	splină	inima	intestinul subțire
Cele douăsprezece ramuri	Shen	You	Xu	Hai	Zi	Chou
Cei doisprezece Shichen	15-17	17-19	19-21	21-23	23-1	1-3
Cele douăsprezece canale	Vezica urinară	rinichi	pericard	Triplu încălzitor	vezica biliara	ficat

Tabelul 18-1. Cele douăsprezece canale stabile pentru cei doisprezece Shichen

Rimele de mai jos ajută la reamintirea acestor relații:
Plămânii reprezintă Yin-ul; intestinul gros, Mao-ul; și stomacul, Chen-ul.
Splina reprezintă Si; inima, Wu; și intestinul subțire, Wei.
Shen reprezintă vezica urinară; You, rinichiul; iar pericardul, Xu.
Hai reprezintă triplul încălzitor; Zi, vezica biliară; și Chou, ficatul.

În figura 18-1 se explică faptul că Qi-ul corpului se scurge și refulează precum fluxul, iar Qi-ul din Shichen este Qi-ul proaspăt. Prin urmare, efectul selectării punctelor de acupunctură la momentul respectiv este cel mai bun, ceea ce reprezintă chintesența fluxului și refluxului de la miezul nopții și de la prânz.

Atât metoda de "prelevare a tulpinilor", cât și metoda de "prelevare a ramurilor" a fluxului și refluxului de la miezul nopții până la prânz provin din *Cartea schimbărilor* și din *Comentariile lui J'ing despre Yi*. *Midnight-Noon Ebb-Flow* cooperează cu Zang și Fu (viscerele), creând metoda punctelor de deschidere-acupunctură (metoda Prelevare-tulpini) bazată pe Tulpinile-zilnice și metoda Prelevare-Ramuri pe Ramurile orelor. Sincronizarea Tulpinilor și Ramurilor fluxului și refluxului de la miezul nopții și de la prânz este creată prin intermediul *Canonului de Medicină al Împăratului* și al sincronizării din vechime, care este extrem de valoroasă în practica acupuncturii și a moxibustiei.

Tehnica celor opt broaște țestoase magice este o metodă de selectare a punctelor de acupunctură pe baza fluxului și refluxului Yin și Yang și a celor opt trigrame din *Cartea Schimbărilor*, care coordonează punctele de acupunctură de pe canalele suplimentare care intersectează canalul obișnuit în cele opt trigrame și tulpini și ramuri pentru a prezice și selecta punctele de acupunctură, adică, cele Opt Trigrame din *Cartea Schimbărilor* sunt folosite pentru a reprezenta cele opt puncte Huitong și cele Nouă Gong-uri, iar Tulpinile și Ramurile pentru a selecta punctele de acupunctură în timp.

Selectarea punctelor de acupunctură în tehnica celor opt broaște țestoase magice este legată de punctele de acupunctură convergente ale celor opt canale și de poziția celor opt Trigrame ale

Regelui Wen, precum și de cifrele din *Scrierea Luo*, ceea ce înseamnă că cele opt puncte convergente ale celor opt canale suplimentare corespund cifrei din *Scrierea Luo* și poziției celor opt Trigrame ale Regelui Wen; Kan numărul 1 corespunde lui Shenmai; Kun numărul 2 lui Zhaohai; Zhen numărul 3 lui Waiguan; Xun numărul 4 lui Linqi; Qian numărul 6 lui Gongsun; Dui numărul 7 lui Houxi; Gen numărul 8 lui Neiguan; și Li numărul 9 lui Lieque. Acestea reflectă interrelația dintre medicină și *Cartea Schimbărilor.*

Tehnica celor opt broaște țestoase magice, care combină fluxul și refluxul Yin și Yang din *Cartea Schimbărilor* cu cele opt trigrame din *Cartea Schimbărilor* și sincronizarea Tulpinilor și Ramurilor din *Canonul de medicină al împăratului*, creează placa ciclică de deschidere a punctelor de acupunctură în funcție de Shichen zilnic, ceea ce arată că selectarea punctelor de acupunctură se face doar în funcție de zi, Shichen, Tulpini și Ramuri. Cele opt tehnici de broască țestoasă coordonează cele Opt Trigrame în cele Nouă Gonguri și cele Zece Tulpini - cele de mai sus, atât *Midnight-Noon Ebb-Flow* în acupunctură și moxibustie, cât și cele opt tehnici magice de broască țestoasă întruchipează efectul legii *Cărții Schimbărilor* asupra acupuncturii și moxibustiei.

Secțiunea 2. Cele opt trigrame din *Cartea Schimbărilo*r și din acupunctură și moxibustie

Corpul uman este un mare Opt Trigrame, iar diferitele părți ale corpului sunt macro cosmosuri ale celor Opt Trigrame. Prin urmare, punctele de acupunctură și moxibustie pot fi selectate în funcție de meridian, în plus, este valoros să se facă acupunctură și moxibustie în funcție de microcosmosul celor Opt Trigrame, care include cele Opt Trigrame ale ombilicului, nasului, mâinii, piciorului, urechii, ochiului etc., așa cum se arată în figurile 18-1, 18-2, 18-3.

Figura 18-1. Cele opt trigrame ale ombilicului (l)

乾头 Qian, head　巽额 Xun, forehead　坎目 Kan, eye　艮手 Gen, hand
坤足 Kun, foot　震腹 Zhen, abdomen　离耳 Li, ear　兑口 Dui, mouth

Note la figura de mai sus
(pentru celelalte microcosmosuri ale celor Opt Trigrame, vezi capitolul Doisprezece schimbări și știința vieții umane)

Figura 18-2. Cele opt trigrame ale ombilicului (2)

离心 Li, heart　坤脾 Kun, spleen　兑肺 Dui, lung
乾 大肠 Qian, large intestine　坎肾 Kan, kidney
艮胃 Gen, stomach　震肝 Zhen, liver　巽胆 Xun, gallbladder

Note la figura de mai sus

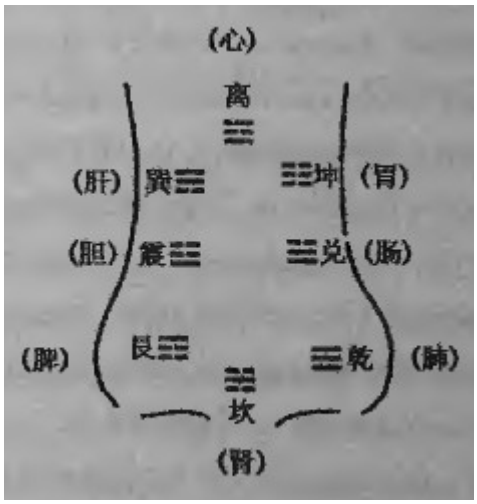


Figura 18-3. Cele opt trigrame ale nasului

(心) 离(heart)Li (胃) 坤(stomach)Kun
(肠) 兑(intestine)Dui (肺) 乾(lung)Qian
(肾) 坎(kidney)Kan (脾) 艮(spleen)Gen
(胆) 震(gallbladder)Zhen (肝) 巽(liver)Xun

Note la figura de mai sus

Acupunctura și moxibusția holistică a celor Opt Trigrame au efectul colectiv de a întări acupunctura și moxibustia, care este complementul în selectarea punctelor de acupunctură în funcție de manifestările exterioare meridiane și viscerale, conferă studiului pozițional al acupuncturii și moxibustiei un conținut nou și are o semnificație importantă în acupunctură și moxibustie.

Secțiunea 3. *Cartea Schimbărilor* și Coordonarea Punctelor de Acupunctură

Metoda de coordonare a punctelor de acupunctură utilizează pe deplin teoria ferm-flexibil a *Cărții Schimbărilor*. De exemplu, metoda de coordonare ferm-flexibil a punctelor de acupunctură constă în a considera Tulpinile Yang (numere impare) ca fiind ferme și Tulpinile Yin (numere pare) ca fiind flexibile în "Zece tulpini cerești", aceasta coordonează semnificația interdependenței dintre Yin și Yang în punctele de acupunctură. Metoda coordonează deseori punctele Yang în punctele Yin, practic în termenii metodei celor Douăsprezece Tulpini de preluare a canalelor, care este prezentată în tabelul 18-2.

Zece tulpini cerești	Jin	Yi	Bing	Ding	Wu
Douăsprezece canale	Vezică biliară	ficat	Intestin subțire	inimă	stomac
Ferm-flexibil	ferm	flexibil	ferm	flexibil	ferm
Zece tulpini cerești	Ji	Geng	Xin	Ren	Kui
Douăsprezece canale	splină	Intestinul gros	plămân	vezică	rinichi
Ferm-flexibil	flexibil	ferm	flexibil	ferm	flexibil

Tabelul 18-2. Metoda tulpinii de preluare a celor douăsprezece canale

În cadrul metodei, de exemplu, este o practică obișnuită să se coordoneze Hegu (intestin gros, ferm) cu Taichong (ficat, flexibil) și Houxi (intestin subțire, ferm) cu Lieque (plămân, flexibil), ceea ce are ca efect ajustarea Yin și Yang a viscerelor (Zang și Fu).

În plus, tehnicile de tonifiere-purgare ale acupuncturii se bazează pe teoria excesului descrescător și a întăririi deficitului din *Cartea Schimbărilor*. "A da foc muntelui" sau "răcoros ca

un cer senin de noapte" este metoda de tonificare a deficitului și de purjare a excesului. În ceea ce privește tonificarea sau purgația prin deschiderea și închiderea orificiului de puncție din acupunctură și moxibustie, așa cum se spune în *Întrebări simple: Acupunctura*, "Momentul tonificării și al purgației este în funcție de deschiderea și închiderea Qi", ceea ce este egal cu teoria deschiderii-închiderii din *Marele Tratat despre Yi* "a deschide și a închide înseamnă a schimba". În antichitate, a existat metoda de coordonare a celor Opt Trigrame cu acupunctura și moxibustia.

În tehnicile de tonificare-purgare, toate tipurile de teorii acordă atenție "Nouă de purjare și șase de tonificare". "A da foc muntelui", "rece ca un cer senin de noapte" sau "dragonul și tigrul se luptă între ei" lucrează cu " nouă" și " șase", deoarece "nouă" este cifra Yang-ului suprem din *Cartea Schimbărilor* și "șase" cifra Yin-ului suprem. În *Cartea Schimbărilor*, proprietățile Gua (trigramă) și Yin consideră că "nouă" este Yang-ul, iar "șase" este Yin-ul. "Nouă" este suma numerelor impare 1, 3 și 5. "Șase" este suma numerelor pare 2 și 4. Deoarece un număr impar este Yang și un număr par este Yin, "nouă "și "șase" reprezintă Yin și Yang în Gua (trigramă) și Yao în *Cartea Schimbărilor*. În acupunctură și moxibustie, "nouă" și "șase" reprezintă numărul de tonificare sau de purjare în funcție de Yin și Yang, care este egal cu *Cartea Schimbărilor* în ceea ce privește legea, dar diferit în ceea ce privește metoda. Marea colecție de acupunctură și moxibustie, *Tonificarea și purgația lui Li în Nan Feng* spunea: "În Nan Feng se spune că: " În metodă, "nouă" reprezintă Zi Yang și "șase", Wu Yin, dar numărul "nouă" sau "șase" nu este egal, și nici tonificarea sau purgația prin modalități diferite de ridicare și încredere, ... pentru a lucra ca refluxul mareei, prima este tonificarea "șase", iar a doua purgația "nouă", timpul nu este până la refluxul mareei".

Descrierile de mai sus arată că acupunctura și moxibustia în MTC sunt strâns legate de *Cartea Schimbărilor*.

(Traducere de Wang Yongmei)

Capitolul 19

Cartea schimbărilor și dieta medicamentoasă

Oamenii sunt strâns legați de lumea exterioară, pe lângă respirație, mâncarea este o parte importantă a acestei relații. Mâncatul și evacuarea se fac non-stop, care ocupă una dintre cele mai importante părți în viața omului.

Biologia este un sistem deschis, iar omul este și el un imens sistem deschis, care face schimburi continue cu lumea exterioară. Mâncatul este un mijloc de schimb foarte important. Dieta medicamentoasă înseamnă relația dintre medicină și alimentație. Medicina și alimentația au aceeași origine. Ele se ajută reciproc și se folosesc una de cealaltă. Nu există o demarcație strictă între ele, astfel încât, combinarea medicamentelor cu alimentele pentru a îmbunătăți sănătatea și a vindeca bolile este o întreprindere medicală importantă.

Cartea Schimbărilor conține principiile dietei medicamentoase, iar *Canonul de medicină al împăratului* le dezvoltă în continuare, ceea ce oferă fundamentul și dezvoltarea MTC.

Secțiunea 1. Xiang în *Cartea schimbărilor* și principiile dietei medicamentoase

"Xiang" înseamnă literalmente simbol. *Cartea Schimbărilor* este o carte de simboluri cu șaizeci și patru de hexagrame, fiecare dintre ele fiind un mic simbol. Toate acestea reflectă în mod viu tot felul de lucruri, cum ar fi "Qian" reprezintă cerul, "Kun" reprezintă pământul, "Gen" reprezintă muntele, "Li" reprezintă soarele, "Kan" reprezintă Luna. *Tratatul de Observații asupra Trigramelor lui Yi* spune: "Zhen sugerează ideea de tunet, de bambuși tineri și strălucitori, de chiparoși și de stufăriș. Qian pentru cer înseamnă fructe. " Cerul este atât de înalt încât se numește cel mai înalt lemn, de aceea se numește "fructul lemnului". Există un caracter general între lucrurile asemănătoare ca aspect. În universul natural există o lege comună, adică mineralele, animalele și

plantele au caracteristici similare. Deci, ele pot fi găsite unele în altele. Această teorie a găsit fundamentul că medicamentele și alimentele au aceeași sursă, astfel încât se pot completa reciproc. Teoria MTC sugerează să luăm medicamente după aspect, adică să luăm ca medicamente alimentele care par similare cu organele interne umane. De exemplu, o nucă seamănă cu creierul uman, prin urmare este un tonic pentru creier. *Semen astragali complarati* seamănă cu rinichii umani, deci este un tonic pentru rinichi. Pornind de la teoria de a lua alimentele ca medicament pe baza aspectului, adaptăm o altă metodă, care este "organe hrănite de organe". De exemplu, luăm rinichi de porc ca tonic pentru rinichii umani, ochi de vită pentru probleme oculare, vezică de porc pentru enurezis (incontinență urinară). Acest lucru este semnificativ pentru dieta medicamentoasă în TCM.

Cartea Schimbărilor recomandă să se ia alimentele ca medicament, conform semnificației lor. Această afirmație este, de asemenea, foarte instructivă. "Li", în *Cartea Schimbărilor* sugerează emblema focului; a broaștei țestoase; a crabului; a univalvelor spiralate; a midiei și a țestoasei.

Toate acestea par să aibă o carapace tare și un interior moale. "Gen" sugerează emblema unui munte, a fructelor, a copacilor și a plantelor târâtoare. Majoritatea fructelor cresc în zona montană. Teoria TCM crede în luarea alimentelor ca medicament prin caracterul lor. De exemplu, plantele acvatice au un caracter rece, așa că este mai bine să îndepărtezi căldura cu ele. Plantele minerale care cresc printre pietrele din munți au un caracter cald, așa că sunt transformate în medicament pentru a alunga frigul. *Cicada* este bună la ciripit, așa că este transformată în medicament pentru a vindeca disfonia. Alimentele de culoare roșie au un caracter cald, de aceea sunt pentru alungarea răului rece, în timp ce alimentele verzi au un caracter rece și sunt folosite pentru curățarea căldurii.

Secțiunea 2. Cele opt trigrame, alimentele medicale și dieta medicamentoasă

Cele opt trigrame din *Cartea Schimbărilor* sunt următoarele: Apă (Kan Shui, Dui Ze), Foc (Li Huo), Pământ (Kirn Tu, Geri Shan), Metal (Qian Jin) și Lemn (Xun Feng, Zhen Lei). Trigramele sunt împărțite în funcție de caracterele lor. În cele Opt Trigrame există cinci atribute, care nu sunt doar pentru ființele umane, ci și pentru animale, plante și minerale. Fiind o regulă generală a naturii, ea devine fundamentul material vital al dietei medicinale. Deoarece posedă aceleași caracter practic, aceste animale, plante și minerale sunt tonice reciproce potrivite pentru cele Cinci Qi (elemente) ale unui om. De exemplu, în *Tratatul de observații asupra trigramelor lui Yi* se spune: "Qian sugerează ideea de cer, de jad, de metal, de cal bătrân și de fructe de copac; Li sugerează ideea de foc, de soare, de haină de bivol și de coif, de broască țestoasă, de crab, de univalve spiralat, de midie și de broască țestoasă; Gen sugerează ideea de munte, de stâncă mică, de fructe de copaci și de plante târâtoare; Kan sugerează ideea de apă, de durere în urechi; ... luna, menționată de copaci, sugerează că este puternică și cu inima fermă". *Canonul de medicină al împăratului* a aplicat această teorie în practică și a dezvoltat-o. Yin Yang Da Lun în *Întrebări simple* spune: "Există vânt în est, vântul produce lemn, lemnul produce acid, acid pentru ficat, ficat pentru mușchi, mușchi pentru inimă. Există căldură în sud, căldura produce foc, focul produce amărăciune, amărăciune pentru inimă. Aici este umiditate în centru, umiditatea produce pământ, pământul pentru dulce, dulce pentru splină, splina pentru căldură, căldura pentru plămân. Iată uscăciunea în vest, uscăciunea produce metal, metalul pentru duritate, duritatea pentru plămân, plămânul pentru piele și păr, pielea și părul pentru ficat. Se produce frig în nord, frigul produce apă, apă pentru sărat, sărat pentru rinichi, rinichi pentru măduva osoasă. În Teoria, conform căreia omul și animalele și plantele sunt benefice unul pentru celălalt, îmbogățește și lărgește conținutul MTC. Zang Qi Fa Shi Lun în *Întrebări simple* spune că medicamentele otrăvitoare atacă răul și bolile, culturile și cerealele sunt hrănitoare, fructele sunt utile, fructele de curte sunt benefice, legumele sunt suficiente. Luăm un amestec din ele pentru a stoca energie. Este vital în MTC să luăm medicamente combinate cu cereale, fructe, fructe de curte și legume pentru a vindeca bolile și pentru a ne face sănătoși.

Dieta medicinală chineză s-a dezvoltat într-o teorie bazată pe baza combinației alimentelor medicinale cu materiale de gătit adjuvante, care are o supapă deosebită în tratamentul medical, nutriție și bun gust.

Dieta medicinală chinezească are o influență puternică asupra studiului nutriției din întreaga

lume. În prezent, companiile produc o varietate de vinuri, dulciuri, produse de patiserie și băuturi răcoritoare care sunt sănătoase și îndepărtează senilitatea sau sunt eficiente în vindecarea bolilor. Dieta noastră medicinală are un viitor strălucit și va aduce mari contribuții la menținerea omului în stare bună de sănătate.

Secțiunea 3. Creșterea și scăderea Qi-ului în funcție de timp în Cartea schimbărilor și ceasul biologic în luarea alimentelor medicamentoase

Cartea Schimbărilor pune accentul pe fluxul de Qi în funcție de timp, și anume că există schimbări mari și mici în Yin și Yang în timpul unui an sau chiar în decurs de 24 de ore. Așadar, momentul în care se plantează plante medicinale, se culeg medicamente sau se iau medicamente ar trebui să se bazeze pe regulile din schimbările de Yin și Yang. *Cartea Schimbărilor* are șapte articole despre Qi care afirmă în detaliu că recoltarea și plantarea ierburilor medicinale ar trebui să fie în conformitate cu anotimpurile. *Zhi Zhen Yao Da Lun* din *Întrebări simple* propune să se folosească medicamente diferite în ani diferiți. Aceasta înseamnă că ar trebui să culegem și să plantăm ierburi medicinale în funcție de caracterul Qi. De exemplu, în "Anul focului" pot fi culese și plantate medicamente calde, deoarece caracterul lor cald este cel mai puternic în acest an. În "Anul apei", medicamentele Yin pot fi culese și plantate, deoarece caracterul lor rece este cel mai puternic.

Gustul legumelor și fructelor nu va fi bun dacă nu sunt de sezon, deși au un aspect bun.

După cum spunea Confucius, "Nu mânca atunci când nu sunt de sezon". Acest lucru este valabil și în cazul medicamentelor. Culegerea și depozitarea ierburilor medicinale ar trebui să fie la timp. Cele șapte articole despre Qi sugerează să se mănânce recolte noi (sau recolte proaspete), o practică vitală pentru a păstra alimentele medicinale de înaltă calitate.

Efectul va fi dublat dacă momentul administrării medicamentelor este fixat de creșterea și scăderea Qi în funcție de timp și de fluxul și refluxul de la miezul nopții și după-amiaza. De exemplu, cel mai bun moment pentru a lua medicamente pe bază de plante este între orele 23:00 și 7:00 a doua zi, iar de la solstițiul de iarnă până la echinocțiul de primăvară al unui an, când Yang este în creștere și Yin este în scădere, este de două ori mai eficient să se ia medicamente Yang calde. De la ora 13:00 până la ora 19:00 sau de la mijlocul verii până la echinocțiul de toamnă este momentul în care Yang scade și Yin crește și, prin urmare, este un moment bun pentru a lua medicamentul Yin rece. Aceasta înseamnă că cel mai bine este să luați medicamentul Yang cald dimineața devreme și medicamentul Yin rece după-amiaza, ceea ce este în conformitate cu tendințele naturale ale medicamentului.

În plus, la 11:00 p. m. și în timpul iernii, Yin este ridicat și Yang este scăzut. Deci, cel mai bine este să luați medicamente Yang calde înainte de miezul nopții. La prânz sau vara, Yang este ridicat și Yin este scăzut, așa că cel mai bine este să se ia medicamente de compensare a căldurii pentru a reduce "Focul" înainte de prânz și vara. Ceasul biologic pentru administrarea medicamentelor este un studiu cu eficiență terapeutică și eficiență economică. Acesta ar trebui aplicat în practica medicală.

Nevoia oamenilor de cinci gusturi se află în ceasul biologic. În timpul zilei, pe parcursul unui an întreg sau chiar pe parcursul întregii vieți, nevoia de cinci gusturi se schimbă în mod regulat odată cu schimbarea Yin și Yang. De exemplu, la amiază, vara sau în tinerețe, Yang este ridicat, în timp ce Yin este scăzut. Oamenilor le place să mănânce alimente reci și acre, pentru a încălzi în mod natural Yin. Noaptea, iarna sau la bătrânețe, oamenilor le place să mănânce alimente calde și dulci, pentru a încălzi Yang și a restrânge Yin.

Corpul nostru pare să aplice pentru Wu Wei (Cinci gusturi) în funcție de nivelul ridicat sau scăzut de Zang Qi, și anume "Luați gusturile pentru a vă salva pe voi înșivă". De exemplu, o persoană are tendința de a mânca alimente dulci atunci când splina este slabă și are tendința de a mânca alimente amare atunci când inima este prea puternică. Acest lucru se datorează faptului că alimentele dulci sunt de ajutor pentru splină, iar alimentele amare și reci pot reduce căldura inimii. Când Zang Qi, energia vitală, începe să ceară anumite gusturi, tinde să se epuizeze, se numește gustul Zang real, care este un semn că organele interne au mers prost, oamenii au o dorință

puternică pentru un anumit gust. Acest caz este, de asemenea, o bază pentru ca un medic să pună diagnostice despre o anumită boală. Vezica biliară va avea biosindrom atunci când gura are senzația de dulce, rinichii vor fi bolnavi atunci când gura are senzația de sărat etc.

Pe scurt, ceasul biologic al dietei medicamentoase este un subiect important al medicinei timpului și ar trebui studiat în continuare.

Secțiunea 4. Teoria purgației și a revigorării și alimentația medicamentoasă pentru viață

Organele interne, din prima zi după naștere și până la moarte, nu se opresc niciodată din lucru. Prin urmare, acestea pierd multă energie, iar capacitatea de stocare a energiei se reduce treptat. Acest lucru înseamnă că trebuie să ne revigorăm. În *Zheng Tong-Dao Cang*, se spune: "O persoană nu poate trăi mai mult de 30.000 de zile. Nu putem trăi nici măcar o zi fără purjare sau revigorare". Atunci când o persoană ajunge la o anumită vârstă, nu mai poate scăpa de unele deșeuri din corpul său, cum ar fi apa, sputa și grăsimea. Oamenii au nevoie de ajutor pentru a scăpa de deșeuri, altfel, acestea se vor acumula în organism. Oamenii trebuie să le epureze. Zhuan în *Trigrama Soarelui din Yi* spune: "Diminuarea și creșterea, revărsarea și goliciunea, acestea au loc în armonie cu condițiile timpului". Există un moment în care cei puternici ar trebui să fie diminuați, iar cei slabi ar trebui să fie întăriți. Secvența ordonată a *Hexagramei despre Yi* spune: "Când diminuarea se desfășoară fără sfârșit, creșterea va veni cu siguranță; când creșterea se desfășoară fără sfârșit, va veni cu siguranță o dispersie a acesteia". *Tratatul asupra Hexagramei* spune: "Diminuarea și creșterea sunt începutul plenitudinii și al decăderii". *Canonul de medicină al împăratului* a dezvoltat și mai mult teoria pierderii și a revigorării avansată de *Cartea schimbărilor.* El avansează, de asemenea, un principiu care afirmă că pierderea are loc atunci când este mai mult decât suficient, iar revigorarea are loc atunci când nu este suficientă. Acest principiu este aplicat la tratament în MTC. Se spune în *San Bu Jiu Hou Lun*, în *Întrebări simple*: "Epurați atunci când este prea puternic în organele interne. Alimentați pentru a revigora atunci când este prea slab". Dar revigorarea trebuie să fie limitată în grad, nu prea mult, altfel va provoca boli. Această teorie este enunțată în detaliu în *Canonul de medicină al împăratului*. În *Sheng Qi Tong Tian Lun*, în *Întrebări simple*, se spune: "Qi din ficat este bine, Qi din splină este epuizat când gustul este prea acru. Qi din oase este epuizat, iar Qi din mușchi stagnează atunci când este prea sărat. Dacă gustul este prea dulce, Qi în inimă este prea mult și poate face ca oamenii să nu mai aibă aer și să pară negri, deoarece Qi în rinichi este dezechilibrat. Există o depresie a Qi-ului splinei și o indigestie a stomacului atunci când gustul este prea amar. Mușchii și pulsul sunt relaxați și spiritul este scăzut atunci când gustul este prea fierbinte". *Zhi Zhen Yao Da Lun*, în *Întrebări simple*, spune de asemenea: "Este nevoie de la fel de mult timp pentru a crește Qi ca și pentru a-l îmbunătăți. Dar dacă este crescut prea mult timp, acesta va fi deteriorat". Așadar, mâncatul pentru a păstra o sănătate bună vizează mai degrabă gustul ușor decât gustul greu, prejudecățile alimentare și, de asemenea, mâncarea prea multă. În 1973, mormântul Han din Ma Wang Dui a fost dezgropat. Acesta includea relatări privind înregistrările istorice dezgropate care se refereau la "Que Gu", ceea ce înseamnă a fi la dietă. Confucius propunea în "*Analecte*": "Nu mânca până ești sătul". De asemenea, în *Shen Xian Zhuan* este consemnat: "Nu mânca prea mult, altfel acest lucru va provoca boli și spută". Ji Kang sugerează în lucrarea sa *Despre sănătate* să "scăpăm de gustul greu". Fushan Dao Shi, care a trăit mai mult de o sută de ani, a subliniat, de asemenea, în lucrările sale luarea gustului ușor. Zhu Daxi, în *Ru Dan Lun*, propunea: "Nu acordați indulgență gustului greu, dacă Five Wei (cinci gusturi) este prea greu, acesta va provoca boli". Aceste afirmații pun accentul pe "gustul ușor" și pe "dietă", care sunt foarte utile pentru îmbunătățirea sănătății.

Între "rău" și "revigorare" se află "ajustarea". Există două perioade care sunt scăpate de sub control în timpul unei vieți. Una este în timpul adolescenței, când corpul crește prea repede pentru a ține pasul cu creierul. Este normal ca în această perioadă să fie scăpat de sub control. O alta este perioada *climacterică (menopauză)*, care este atunci când creierul și mintea nu pot ține pasul cu corpul în declin rapid. Este normal ca în această perioadă să fie scăpat de sub control. Așadar, este o perioadă de completare, nu de epurare, ci de ajustare. Ajustarea include dispersarea energiei hepatice stagnante, ajustarea minții și ameliorarea depresiei mentale.

La adolescență, este bine să se mărească oferta pentru a satisface nevoile de creștere. La vârsta mijlocie și după aceea, este o perioadă de purificare și de revigorare împreună. Ar trebui să ajustăm Wu Wei pentru a aproviziona depozitele organelor interne și să avem o purgație adecvată pentru a elimina sputa, grăsimile etc., pentru a elimina staza sanguină și a favoriza circulația sângelui, precum și pentru a elimina deșeurile din organism. Atunci când alegem medicamente pentru purgație și revigorare, trebuie să acordăm atenție la Wu Wei și la relația lor cu cele cinci organe interne (de exemplu, acru intră ușor în ficat, amar în inimă, dulce în splină, picant în plămâni, sărat în rinichi). Așadar, luăm Wu Wei acru, amar, dulce, picant și sărat pentru a aproviziona ficatul, inima, splina, plămânii și, respectiv, rinichii. De asemenea, ar trebui să alimentăm sau să purificăm cele cinci organe interne în funcție de caracterul lor fiziologic. Dacă gustul este conform cu caracterul organului, se numește revigorare, iar dacă este contrar caracterului, purjare. *Zang Qi Fa Shi Lun* din *Întrebări simple* spune: "Când ficatul este grav rănit, revigorați-l cu dulce. Când tinde să fie dispersat, furnizați alimente picante pentru a-l dispersa, pentru a-l revigora și purgați-l cu acru". Ficatul guvernează funcția de fluiditate și de liberă circulație, când este deprimat dulcele este potrivit pentru revigorarea sa. Picantul se potrivește pentru reglarea și revigorarea ficatului în funcție de caracteristicile sale. Acidul este împotriva caracterului ficatului, de aceea este folosit pentru purjare.

(Traducere de Ma Xuemei)

Capitolul 20

Cartea schimbărilor și medicina estetică

Medicina estetică este o știință de graniță care combină știința medicală și estetica. Frumusețea este o parte importantă în procesul vieții. Medicina estetică include sunete frumoase, străluciri (lumini și culori), figuri viguroase și grațioase, înfățișare frumoasă și așa mai departe. Este o ramură a medicinei preventive, precum și a medicinei de reabilitare. Semnificația sa constă în obținerea sănătății prin buna stimulare a muzicii, a strălucirii, a figurii viguroase și grațioase și a înfățișării frumoase. Stimularea are efecte minunate asupra stării psihice, care acționează apoi asupra corpului, iar prin feedback biologic, frumusețea figurii este coordonată cu sănătatea organelor interne.

Secțiunea 1. Conotația medicinei estetice în Cartea Schimbărilor

Cartea Schimbărilor implică misterul medicinei estetice. Curba ***S*** din harta Taiji este cea mai frumoasă curbă din univers. Frumusețea curbei se referă la forma de ***S***, care este un simbol al armoniei Yin-Yang. Păstrarea curbei ***S*** este un semn important de menținere a frumuseții figurii. Frumusețea figurii reflectă sănătatea organelor interne. *Cartea Schimbărilor* pune accentul pe coordonarea frumuseții interne și externe. Wen Yan în *Trigrama Kun din Yi* afirmă: "Excelența lui se află în centru, dar difuzează o mulțumire asupra celor patru membre". Aceasta înseamnă că sănătatea organelor interne este baza frumuseții externe, frumusețea fizică a corpului este o reflectare a sănătății. MTC are, de asemenea, o zicală similară, cum ar fi "Frumusețea internă duce la frumusețea externă".

Păstrarea curbei ***S*** ar trebui să înceapă cu organele interne. Conform teoriei "micșorați plinul și măriți deficitul" din *Cartea Schimbărilor*, înainte de vârsta mijlocie, este importantă hrănirea, în special hrănirea Yin și creșterea Qi. Organele interne sănătoase sunt baza unei forme puternice și arătoase. După vârsta mijlocie, se pune accentul pe "scădere". Adică, trebuie curățate deșeurile acumulate de corp, inclusiv reducerea eczemelor, a flegmelor și difuzarea nămolului. Frumusețea sănătoasă a femeilor ar trebui să pună accentul pe hrănirea Yin-ului, deoarece Qi-ul Yin luxuriant duce la o siluetă grațioasă și viguroasă. O femeie experimentează sarcina, nașterea de copii și menstrația în viața sexuală, toate acestea făcând-o să piardă mult sânge. Așadar, înlăturarea stagnării

ficatului și restabilirea funcției acestuia, pe lângă refacerea sângelui, este modalitatea de a menține Yin Qi luxuriant și de a ajuta la formarea unei figuri viguroase și pline. În ceea ce-i privește pe bărbați, un corp frumos și sănătos se află în Qi, așa cum se spune în *Wen Yan în Trigrama Qian din Yi*: "Qian, originea, este capabil, cu beneficiile sale admirabile, să aducă beneficii tuturor celor de sub cer", "Cât de mare este Qian! - puternic, viguros, nedezlipit și corect". Aceasta înseamnă că forța și vigoarea sunt simboluri ale frumuseții unui om. În timpul procesului de viață al unui om, acesta pierde mult Qi, așa că hrănirea Qi-ului asistat de refacerea rinichilor și a vitalității devine foarte importantă.

Frumusețea trebuie să fie sănătoasă și plină de vitalitate și nu o stare morbidă, ea necesită o anumită cantitate de mișcare pentru a-și păstra forma. În *Marele Tratat despre Yi*, se spune: "Se schimbă și se mișcă fără a rămâne într-un singur loc, curgând în oricare dintre cele șase locuri ale hexagramei". "Producția și reproducerea este ceea ce se numește procesul de schimbare". Se subliniază adevărul "viața stă în mișcare". Frumusețea poate fi găsită în mișcarea constantă, iar mișcarea creează o viață frumoasă.

Cartea Schimbărilor acordă importanță funcției frumuseții interioare asupra formei corpului. În plus față de frumusețea organelor interne, frumusețea interioară include și cea mai importantă frumusețe - frumusețea spirituală. Conotația importantă a frumuseții spirituale este de a obține un corp frumos și viguros prin influența psihologiei asupra fiziologiei. *Cartea Schimbărilor* subliniază virtutea loialității, a pietății filiale, a integrității, a onestității, a bunăvoinței și a modestiei. Așa cum se spune în *Marele simbolism al trigramei Kun din Yi*: "Omul superior, cu virtutea sa mare, susține lucrurile", Marele simbolism în trigrama Xian a lui Yi: "Omul superior își păstrează mintea liberă de preocupări și deschisă pentru a-i primi pe ceilalți". În *Marele tratat despre Yi*: "El se odihnește în propria poziție și nutrește o bunăvoință generoasă și, prin urmare, poate fi iubit". Dacă o persoană are virtute, mintea sa este largă și corpul său este plin. Atât Confucius, cât și Laozi acordau importanță coordonării frumuseții spirituale și fizice. Este adevărat că o persoană insidioasă și vicleană are rareori un ten roz, în timp ce persoana cu virtute înaltă are de obicei o culoare bună și un aspect impunător.

Secțiunea 2. Aplicarea medicinei estetice în *Cartea Schimbărilor*

I . Medicină pentru sunet și strălucire frumoasă

Cea mai importantă frumusețe implicată în *Cartea Schimbărilor* este armonia și coordonarea. Armonia este reprezentarea frumuseții. Curba ***S*** din *Harta Marelui Terminus* simbolizează armonia perfectă dintre Yin și Yang. Xun Gua (Pătrunderea blândă) seamănă cu o briză ușoară și o ploaie, care adaugă lumii naturale o armonie fină. Sunetele armonioase și strălucirea sunt aplicațiile medicinei estetice, precum și scopul medicinei audio și al medicinei strălucirii. Muzica sau lustrul frumos și armonios, este un bun stimulent, benefic pentru sănătate și recuperare. Se spune în cartea de istorie chineză *Shiji*, în secțiunea *Despre muzică*: "Muzica funcționează în interiorul corpului - Starea de spirit se schimbă odată cu muzica care mișcă inima. Așadar, sunetul muzicii ajută la circulația sângelui, reconfortează spiritul și susține inima". În zilele noastre, s-au obținut efecte bune prin utilizarea în cooperare a muzicii și a Qigong-ului.

MTC pune accentul pe relația dintre cele cinci sunete și organele interne. Ea judecă constituția unei persoane și prezice boala în funcție de sunete. Așa cum se spune în *Canonul de Medicină al Împăratului*: *Boo Ming Quang Xing*, "Un instrument muzical cu o coardă ruptă produce un sunet răgușit, iar o persoană bolnavă produce o voce ca de vomă". În *Cinci sunete și cinci gusturi* din *Canonul de medicină al împăratului*: "Ascultă sunetele și putem cunoaște forma". În acest capitol, cele cinci sunete Jiao, Zhi, Gong, Shang, Yu sunt puse în corespondență cu cele cinci organe solide: ficatul, inima, splina, plămânii și rinichii. Acest lucru indică faptul că cele cinci sunete sunt relevante pentru cele cinci organe solide. Așadar, în tratamentul clinic se aleg diferite tipuri de muzică pentru a regla cele cinci organe solide în funcție de Xu și Shi (slăbiciune și putere) ale acestora. De exemplu, caracteristica ficatului este duritatea și favorizează claritatea. Deci, dacă Qi-ul ficatului este blocat, pentru a-l regla ar trebui folosită muzica acută, îndrăzneață și curgătoare. În schimb, dacă ficatul este solid și cu prea mult Yang Qi, pacientul ar trebui să asculte muzică

moale, lentă și cu tonuri joase pentru a ajuta la eliberarea Yang Qi. Spiritul unei persoane se află în inimă. Dacă spiritul este neliniștit, pacientul ar trebui să asculte muzică lină și constantă. Pe scurt, reglarea slăbiciunii și a forței celor cinci organe solide prin ascultarea celor cinci sunete este o caracteristică a medicinei audio tradiționale chinezești. În istoria modernă, s-a acordat tot mai multă importanță tratamentului și recuperării pacienților prin utilizarea muzicii armonioase. Majoritatea pacienților sunt dispuși să accepte un astfel de tratament, iar efectele sunt remarcabile, în special în recuperarea unor boli cronice. Muzica frumoasă este un bun stimulent care duce la schimbări fiziologice și aduce beneficii în ceea ce privește recuperarea. Fiziologia și psihologia creează un feedback. Spiritul influențează foarte mult corpul. Numai atunci când spiritul este în stare bună, corpul poate fi puternic și frumos.

Strălucirea frumoasă și armonioasă este, de asemenea, un conținut important al medicinei estetice. MTC pune accentul pe corespondența dintre cele cinci culori ale feței și cele cinci organe solide. Prin examinarea celor cinci culori, se poate observa constituția unui pacient și se poate prezice boala. De exemplu, verdele corespunde ficatului, roșul corespunde inimii, galbenul splinei, albul plămânilor și negrul rinichilor. Punerea în cooperare a celor cinci culori, a celor cinci sunete și a celor cinci organe solide hrănește sau purifică, de asemenea, corpul. MTC se pricepe să ajusteze și să hrănească organele interne (Zang și Fu) prin selectarea medicamentelor și alimentelor în funcție de culorile acestora. De exemplu, medicamentul sau alimentele roșii acționează asupra inimii, cele negre asupra rinichilor, cele galbene asupra splinei, cele verzi asupra ficatului și cele albe asupra plămânilor. În plus, strălucirea frumoasă și armonioasă este, de asemenea, un bun stimulent cu efecte bune asupra refacerii organismului. Astăzi, în științele medicale, o mare atenție a fost acordată aplicării culorilor și luminilor în recuperare și îngrijire.

II . Metode de construire a corpului și de înfrumusețare a feței

1) Gong de construire a corpului

O formă frumoasă este un simbol al organelor interne sănătoase. În MTC, nucleul teoriei organelor și aspectului este unitatea dintre aparențele externe și organele interne. Forma corpului este aspectul extern al organelor interne. Doar atunci când organele interne sunt sănătoase, forma corpului poate fi sănătoasă și frumoasă. În mod similar, o formă sănătoasă și arătoasă este un semn al unor organe interne puternice și energice. Unitatea dintre aspect și organele interne este ideea principală a teoriei organelor și aspectului. Corpul este hrănit de organele interne. În schimb, acesta poate acționa și asupra lor. Atât o formă vioaie, cât și una obeză pot; influența direct organele interne.

Declinul formei este un semn important al decrepitudinii întregului corp. După cum spune *Zhi Zhen Yao Da Lun* în *Întrebări simple*: "Femeile ... patruzeci și nouă, pulsul slab, forma în declin și senilizată. Bărbații ... cincizeci și șase, rinichi în declin, corp epuizat". Înseamnă că atunci când o femeie are patruzeci și cinci de ani și un bărbat cincizeci și șase de ani, formele lor sunt în declin. În funcție de starea formei, poate fi cunoscută starea organelor interne, puternice sau slabe, și poate fi prezisă evoluția viitoare a bolii, bună sau rea. După cum se spune în *Mai Yaojing Wei Lun* în *Întrebări simple*: "Dacă capul se înclină cu ochii adânc-încadrați, spiritul va fi în declin; dacă spatele este încovoiat cu umerii înclinați, Fu va fi în declin; dacă trupul nu se poate răsuci, rinichii se vor epuiza; dacă membrele nu se pot îndoi și întinde, tendoanele se vor epuiza; dacă persoana nu poate sta în picioare pentru perioade lungi de timp, oasele sale se vor epuiza".

Cele de mai sus indică relația strânsă dintre formă și organele interne. Așadar, antrenarea formei este foarte importantă pentru antrenarea organelor interne. Antrenamentul pentru o siluetă viguroasă și grațioasă trebuie să fie combinat cu antrenamentul întregii calități, inclusiv: gimnastică de culturism, dans, box Taiji, Dao Yin, Qigong și tot felul de sporturi. Și trebuie întreținut pe tot parcursul anului. (Pentru o metodă detaliată, a se vedea capitolul 16, Cartea schimbărilor și Qigong-ul chinezesc).

2) Antrenamentul pieliii și a organelor interne (Gong)

Antrenarea pielii și a organelor interne este un conținut important în culturism. Sănătatea și

frumusețea pielii este strâns legată de sănătatea organismului. Pielea este prima apărare a corpului uman. Îngrijirea pielii este legată de sănătatea internă a corpului. Mii și mii de mii de pori sunt "locuri în care pătrunde Qi" . Sănătatea pielii este strâns legată de sănătatea organelor interne, așa cum se spune în *Pivot spiritual: Ben Zang*: "Plămânii se potrivesc cu intestinul gros, care este reflectat în piele, rinichii se potrivesc cu tripla vezică mai caldă, care este reflectată de păr și de spațiul dintre piele și carne". Așadar, *Canonul de Medicină al Împăratului* susține: "Toate bolile, atunci când se nasc, trebuie să înceapă cu pielea și părul. Există diferite părți corespondente ale pielii umane, dacă schimbările de pe ele sunt neglijate, oamenii pot avea probleme serioase" (*Teoria lui Pi Bu în întrebări simple*). Acestea acordă importanță relației dintre piele și organele interne. Pielea este reflectarea Qi și a sângelui. Prosperitatea și sfârșitul declinului organelor solide și goale pot fi prezise în funcție de strălucirea pielii. Pielea plinuță și netedă sugerează prosperitatea Qi și a sângelui în interiorul corpului. Dimpotrivă, o piele zgrunțuroasă și aspră sugerează declinul organelor interne, după cum se spune în *San Bu* și *Jiu Hou Lun* în *Întrebări simple*: "Cei cu pielea palidă vor muri"; *Canale* în *Pivot spiritual*: "Când Qi-ul mâinii Taiyin este epuizat, pielea și părul de pe ea vor deveni uscate"; *Lin Yong* în *Pivot spiritual*, "Pielea și carnea subțire nu se pot apăra de vânt iarna"; *Cinci schimbări* în *Pivot spiritual*, "Persoana cu pielea subțire și carnea slăbită se va îmbolnăvi ușor”. Declinul pielii este începutul decrepitudinii corpului, precum și un semn de senilitate timpurie. *Tian Nian* în *Pivotul spiritual* susține: "La 40 de ani - pielea începe să fie flască, părul începe să fie rar, vitalitatea scade și părul devine grizonant". Acest lucru indică relația dintre o piele sănătoasă și frumoasă și activitățile biologice umane. Prin urmare, este de mare importanță să păstrăm sănătatea și frumusețea pielii. Antrenamentul organelor interne și ale pielii include automasajul, tapotarea și manipularea punctelor. Masajul, numit și "baie uscată", ar trebui să fie efectuat în conformitate cu cele douăsprezece Pi Bu. Așa-numitele douăsprezece Pi Bu sunt consemnate în *Douăsprezece Pi Bu* în *Întrebări simple*: "Toate cele douăsprezece canale, douăsprezece Pi Bu ale pielii". Adică, douăsprezece canale au douăsprezece Pi Bu corespunzătoare, acestea sunt pozițiile superficiale care reflectă activitățile funcționale ale celor douăsprezece canale. Douăsprezece Pi Bu sunt, de asemenea, regiunile reacționale ale celor douăsprezece meridiane. Douăsprezece Pi Bu corespund cu organele interne prin intermediul a douăsprezece meridiane. Astfel, o bună stimulare care trece prin douăsprezece Pi Bu poate acționa asupra organelor interne și poate îmbunătăți treptat funcțiile organelor.

Metodă:

Meditația conduce Qi să parcurgă secvența de circulație a celor douăsprezece canale, accentul trebuie pus pe corespondența dintre piele și organele interne, în cooperare cu masajul de-a lungul meridianelor, prin atingerea și manipularea punctelor vitale. Masajul pielii trebuie să se facă urmând direcția de circulație a meridianelor. Mijloacele de manipulare a punctelor vitale constau în manipularea punctelor de acupunctură Yuan ale celor douăsprezece meridiane, astfel încât să se poată genera Qi-ul meridian. De exemplu, punctul de acupunctură Zhongfu al meridianului pulmonar (în partea laterală superioară a peretelui toracic anterior, la nivelul primului spațiu intercostal, la 6 *cun** lateral față de linia mediană anterioară), punctul de acupunctură Shangyang al intestinului gros (pe partea radială a segmentului distal al degetului arătător, la 0.1 *cun** de la colțul unghiei), Chengqi al stomacului (pe față, chiar sub pupila, între globul ocular și creasta infraorbitală), Yinbai al splinei (pe partea medială a segmentului distal al degetului mare, la 0.1 *cun* * de la colțul unghiei de la picior), Jiquan al inimii (la vârful fosei axilare, unde este palpabilă pulsația arterei axilare), Shaoze al intestinului subțire (pe partea cubitală a segmentului distal al degetului mic, la 0.1 cun * din colțul unghiei), Jingming al vezicii urinare (pe față, în depresiunea situată puțin deasupra cantului intern), Yongquan al rinichilor (pe talpă, în depresiunea care apare pe partea anterioară a tălpii atunci când piciorul este în flexie plantară), Tianehi al pericardului (pe torace, în al 4-lea spațiu intercostal, la 1 cun* lateral de mamelon și la 5 cun* lateral de linia mediană anterioară), Guanchong al triplului încălzitor (pe partea cubitală a segmentului distal al celui de-al 4-lea deget, la 0.1 cun* de la colțul unghiei). Tongziliao al vezicii biliare (pe față, lateral față de cantul extern, pe marginea laterală a orbitei) și Dadun al ficatului (pe partea laterală a segmentului distal al degetului mare, la 0,1 cun* de colțul unghiei de la picior). La manipulare,

masaj și tapotare, Qi trebuie introdus prin gândire și trebuie să urmeze ordinea de intrare și ieșire a celor douăsprezece meridiane- Dacă se coordonează cu manipularea punctelor de acupunctură Yuan ale celor douăsprezece meridiane, se vor obține efecte mai bune, deoarece punctele de acupunctură Yuan sunt o sursă în mișcarea Qi-ului rinichiului și reprezintă baza celor douăsprezece meridiane, puterea de început a vieții umane și puncte de acupunctură importante în reglarea organelor interne. Punctele de acupunctură Yuan sunt: meridianul pulmonar Taiyuan (la capătul radial al pliului încheieturii mâinii, unde este palpabilă pulsația arterei radiale), meridianul de intestin gros Hegu (pe partea dorsală a mâinii, între primul și al doilea os metacarpian, și pe partea radială a punctului median al celui de-al 2-lea os metacarpian), meridianul splinei Taibai (pe marginea mediană a piciorului, posterior și inferior primei articulații metatarsofalangiene), stomacul Chongyang (pe cupola cotorului piciorului, la 3 cun * de punctul Xiangu), inima Shenmen (pe încheietura mâinii, la capătul cubital al pliului încheieturii mâinii, în depresiunea laturii radiale a tendonului mușchiului flexor cubital al încheieturii), intestinul subțire Wangu (pe marginea cubitală a mâinii, în depresiunea dintre capătul proximal al celui de-al 5-lea os metacarpian și osul *hamat* și la joncțiunea dintre pielea roșie și cea albă), rinichiul Taixi (pe marginea medială a piciorului, posterior de maleola medială, în depresiunea dintre vârful maleolei mediale și tendonul lui Ahile), vezica urinară Jingu (pe partea laterală a piciorului, sub tuberozitatea celui de-al 5-lea os metatarsian, la joncțiunea dintre pielea roșie și cea albă), pericardul Daling (în punctul median al pliului încheieturii mâinii, între tendoanele mușchiului palmar lung și mușchiului flexor radial al încheieturii mâinii), triplu încălzitor Yangche (în punctul median al pliului dorsal al încheieturii mâinii, în depresiunea de pe partea cubitală a tendonului mușchiului extensor al degetelor), ficatul Taichong (pe tălpile picioarelor, în depresiunea extremității posterioare a primului spațiu interosos metatarsian) și vezica biliară Qiouxu (anterior și inferior maleolei externe, în depresiunea laterală față de tendonul mușchiului extensor lung al degetelor).

Masajul pielii pe tot corpul trebuie să urmeze direcția de funcționare a meridianelor: "Sanyang-ul mâinilor merge de la mâini la cap, Sanyin-ul mâinilor de la piept la mâini, Sanyang-ul picioarelor de la cap la picioare și Sanyin-ul picioarelor de la picioare la abdomen". Ar trebui să se pună accentul pe următoarele șase meridiane: splina, stomacul, ficatul, rinichii, Ren și Du, deoarece splina și stomacul sunt marea de Qi și sângele, ficatul și rinichii sursa de energie, iar sângele și Reng Du marea de vase sanguine Yin-Yang, (vezi figura 20-1)

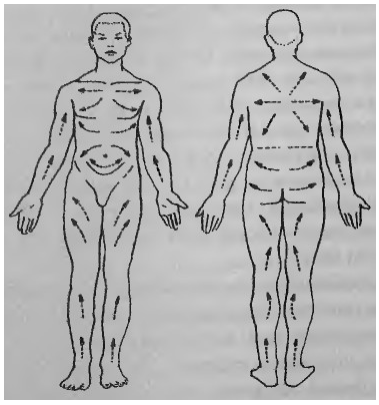


Figura 20-1. Masați pe piele și pe organele interne

3) Gong de frumusețe

Fizionomia este o oglindă exterioară a corpului uman. Este o tigaie în care se centralizează aparențele de Qi și sânge. Fiecare mică schimbare exterioară este un semn de schimbare în interiorul corpului. În special starea feței influențează potențial senilitatea și relatează decrepitudinea fizică. Psihologia umană interacționează cu fiziologia. Psihologia poate favoriza "declinul" fizic și poate, de asemenea, să întârzie procesul. Așadar, menținerea frumuseții faciale joacă un rol subtil în prevenirea declinului întregului organism. Prin urmare, prevenirea decrepitudinii feței este de mare importanță.

Pe lângă sporturile care privesc corpul, exercițiile pentru frumusețea feței sunt necesare

pentru a preveni declinul facial. Exercițiile pentru frumusețea feței trebuie să se bazeze pe meridiane. Fața este un punct de adunare a meridianelor, așa cum arată *Xie Qi Zang Fu Bing Xing* în *Pivotul spiritual*: "Douăsprezece canale, trei sute șaizeci și cinci de Luos, sângele și Qi-ul lor, toate urcă până la față și pătrund prin cele șapte găuri". Printre acestea se numără: meridianul stomacal Yangming de la picior, meridianul inimii Shaoyin de la mână, meridianul intestinului subțire Taiyang de la mână, meridianul vezicii urinare Sun de la picior, meridianul vezicii biliare Sun de la picior și meridianul triplu încălzitor Shaoyang de la mână. Toate meridianele Qi ale acestora se îndreaptă spre față. Meridianul Yangming al stomacului de la picior are Qi și sânge din belșug. Zona sa circulatorie este cea mai largă. Așadar, *Shang Gu Tian Zhen Lun* în *Întrebări simple* spune: "Femei - 35 de ani, canalul Yangming scade, fața începe să scadă. Bărbați – 48 de ani, fața uscată". Aceasta înseamnă că declinul facial devine semnul decrepitudinii când femeile au treizeci și cinci de ani, iar bărbații patruzeci și opt. Din această cauză, pentru a obține sănătatea și frumusețea feței, trebuie pus accentul pe meridiane, în special pe meridianul Yangming al stomacului piciorului.

Metodă:

Cu meditația care ghidează Qi, masați, bateți și manipulați punctele vitale de-a lungul traseului meridianelor faciale. Ghidarea gândirii ar trebui să se bazeze pe circulația celor douăsprezece meridiane și ar trebui să se acorde mai multă atenție meridianelor care circulă prin zone mai largi, cum ar fi meridianele stomacului Yangming de la picior, intestinului subțire Taiyang de la mână și intestinului gros Yangming de la mână. Masajul ar trebui să se facă de-a lungul cursului meridianelor sau de-a lungul distribuției lor, a cursului canalelor și a mușchilor, (a se vedea figura 20-2).

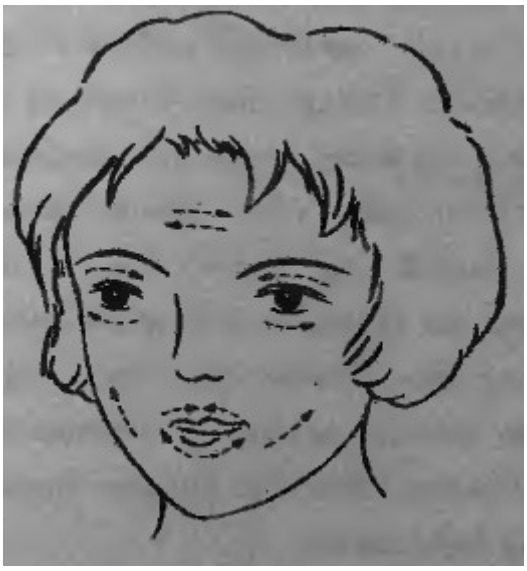


Figura 20-2. Masajul feței

Manipularea punctelor vitale: Zusanii (punctul de adunare a meridianului piciorului Yangming al stomacului, pe partea laterală anterioară a piciorului, la 3 cun* sub Dubi, la o lățime de un deget de creasta anterioară a tibiei) face bine la promovarea funcțiilor stomacului. Sanyinjiao (pe partea mediană a piciorului. 3 cun * deasupra vârfului maleolei mediale, posterior de marginea medială a tibiei) este un punct de acupunctură al meridianului Taiyin al splinei piciorului, având efecte bune asupra funcțiilor splinei și stomacului. De asemenea, poate regla echilibrul dintre Ying și Yang. Ifegu (acupunctura de origine a intestinului gros al mâinii Yangming, pe partea dorsală a mâinii, între primul și al doilea os metacarpian și pe partea radială a punctului median al celui de-al doilea os metacarpian) reglează Qi și sângele din cap și față. Sjbai (piciorul stomacului Yangming, pe față, chiar sub pupila, în depresiunea foramenului infraorbital) poate regla Qi și sângele din cap și față, precum și lumina ochilor. Quanliao (mâna Taiyang intestin subțire, pe față, chiar sub cantul extern, în depresiunea de sub osul zigomatic) poate regla sângele și Qi-ul facial. Yangbai (mâncare Shaoyang vezica biliară, pe frunte, direct deasupra pupilei, 1 cun " deasupra sprâncenei) reglează Qi

și sângele din frunte. Dicang (picior Yangming stomac, pe față, direct sub pupila, lângă unghiul gurii) joacă un rol în îmbunătățirea Qi și a sângelui din gură, buze și maxilar. Xiaguan (piciorul Yangming stomac, pe față, anterior urechii, în depresiunea dintre arcada zigomatică și crestătura mandibulară) poate regla Qi și sângele facial. Jiache (piciorul stomacului Yangming, pe obraji, la o lățime de un deget anterior și superior unghiului mandibular, în depresiunea în care este proeminent mușchiul maseter) afectează fața și nervii faciali.

Cele nouă puncte de acupunctură de mai sus, șase pe față, trei pe membre, sunt ușor de găsit, se manipulează și se apasă până se simte o furnicătură, apoi se obține Qi și este bine să se oprească practica. Dacă o astfel de manipulare este practicată cu regularitate, se pot obține efectele de frumusețe facială.

Efectul va fi mai bun dacă mâinile sunt încălzite înainte de a masa, manipula și apăsa punctele de acupunctură. Unii predecesori preconizau frecarea feței cu salivă. Aceasta poate fi luată ca referință, (vezi figura 20-3).

Figura 20-3. Acupuncte faciale pentru manipulare

阳白 Yangbai 四白 Sibai 地仓 Dicang
睛明 Jingming 下关 Xiaguan 颊车 Jiache
颧髎 Quanliao

Note la figura de mai sus

(Tradus de Li Ge)

Capitolul 21

Cartea schimbărilor și cele trei legi fundamentale ale universului

Marele Terminus, cele Opt Trigrame, Harta He și Scrierea Luo sunt miniaturi ale legilor universului.

Marele Terminus, cele Opt Trigrame, Harta He și Scrierea Luo conțin trei legi fundamentale ale universului: legile unității timpului și spațiului, unitatea mișcării și a repausului relativ și unitatea contrariilor Yin-Yang.

Secțiunea 1. Unitatea timpului și a spațiului și viziunea holistică a Marelui Terminus, cele Opt Trigrame, harta He și scrierea Luo

Ai Siqi, un filozof chinez, a spus: "Mișcarea materiei se manifestă în timp și spațiu, care sunt forma existentă a materiei. Nu există nicio mișcare a materiei dincolo de timp și spațiu, și nu există nici timp, nici spațiu care să nu aibă legătură cu mișcarea materiei".

Timpul și spațiul sunt realitatea obiectivă. Credința în realitatea obiectivă a timpului și a spațiului este standardul pentru a distinge materialismul de idealism. Nu există materie care să existe singură dincolo de timp și spațiu și nu există nici timp și nici spațiu care să nu aibă nimic de-a face cu mișcarea materiei. După cum spunea Lenin: "Nu există nimic în lume în afară de materia în

mișcare, iar materia în mișcare nu se poate mișca decât în timp și spațiu". Timpul reprezintă viteza de mișcare a materiei, atât timpul, cât și spațiul sunt nesfârșite. Timpul nu se poate întoarce înapoi, iar spațiul nu poate apărea din nou. Trecutul nu se poate întoarce, deci timpul și spațiul sunt întotdeauna noi.

Marele Terminus, cele Opt Trigrame, Harta He și Scrierea Luo întruchipează o reflecție concentrată a relației dintre timp, spațiu și materie, a legii fundamentale a universului, care este unitatea de timp și spațiu.

Ce este unitatea de timp și spațiu în univers? Timpul și spațiul sunt combinate într-unul singur și nu pot fi separate. Fără spațiu, nu există timp; fără timp, nu există spațiu. Nici timpul, nici spațiul nu pot exista singure. Mișcarea materiei este cea care combină timpul și spațiul. Așadar, toate lucrurile din univers sunt unități de timp și spațiu în mișcare. Timpul și spațiul sunt o unitate contradictorie, ele se limitează reciproc și depind una de cealaltă. Mișcarea materiei ar fi afectată dacă oricare dintre cei doi factori ar fi ignorat.

Timpul și spațiul nu sunt doar factorii care ajută la mișcarea materiei, ci și factorii care împiedică mișcarea materiei. Oamenii acordă adesea atenție sensului timpului, dar ignoră sensul spațiului. De fapt, simțul spațiului are mai multă influență asupra mișcării materiei decât simțul timpului. De exemplu, spațiul Pământului este destul de mare, dar limitează totuși dezvoltarea ființelor umane. Iată un alt exemplu, spațiul devine adesea un factor important care afectează viteza de lucru. Prin urmare, oamenii ar trebui să acorde atenție atât timpului, cât și spațiului și nu trebuie să ignore spațiul. Faptul că timpul și spațiul se completează reciproc în mișcarea materiei este cheia dezvoltării tuturor lucrurilor.

Ce este universul? Universul este denumirea generală pentru toate lucrurile din lume. Așadar, viziunea asupra universului se mai numește și viziune asupra lumii. *Huai Nan Zi: Obiceiurile statului Qi* spun că timpul din trecut până în prezent se numește Yu, spațiul celor patru direcții se numește Zhou (Yu Zhou este universul). Cartea *Guang Yun* definește Yu ca fiind "imens". Cartea *Yu Pian* spune: "Maestrul a spus că patru direcții din lume se numesc Yu". De asemenea, definește "Zhou" ca însemnând "care ocupă. Xu Yu spunea că lumea era ocupată de toate lucrurile". În cartea *Explicarea cuvintelor*, universul este comparat cu o roată în continuă mișcare. Așadar, universul înseamnă nu numai spațiu nelimitat, ci și timp nesfârșit. Universul este un concept cuprinzător care include toate lucrurile din lume, timpul și spațiul fără limite. Universul este un apelativ general atât pentru timp cât și pentru spațiu. Altfel spus, universul este unitatea de timp și spațiu.

Universul este nesfârșit și fără limite atât în macrocosmos, cât și în microcosmos. În microcosmos, universul este infinitezimal. Oamenii au descoperit molecule, atomi, electroni, protoni, ioni. Macrocosmosul este infinit de mare. Oamenii au observat un punct aflat la 15 miliarde de ani-lumină de Pământ (Un an-lumină este distanța pe care lumina o parcurge într-un an. Este de aproximativ 9. 4605 miliarde de kilometri). Desigur, din punct de vedere filozofic, universul ar trebui să fie, infinit de mare și poate fi împărțit în părți mai mici. Dar nimeni nu poate dovedi că acest lucru este în mod obiectiv adevărat.

Caracteristica Marelui Terminus, a celor Opt Trigrame, a Hărții He și a Scrierii Luo este că sunt miniaturi ale legii unității de timp și spațiu în univers. Fiecare dintre ele reflectă relația timp-spațiu a mișcării materiei.

Există doi poli pe harta Marelui Terminus, Polul Yin și Polul Yang. Din punctul de vedere al timpului, perioada de la Polul Yin la Polul Yang, apoi de la Polul Yang la Polul Yin reprezintă o zi întreagă, perioada de la miezul nopții la prânz, apoi de la prânz la miezul nopții. Reprezintă, de asemenea, cele patru anotimpuri ale unui an, de la solstițiul de iarnă la cel de vară, apoi de la solstițiul de vară la cel de iarnă. Din punctul de vedere al spațiului, Polul Yin reprezintă nordul, iar Polul Yang reprezintă sudul. Direcțiile dintre polul Yin și polul Yang sunt estul și vestul. Cele patru colțuri de pe hartă reprezintă nord-estul, sud-estul, sud-vestul și nord-vestul. De asemenea, harta însumează diferitele termene solare în patru anotimpuri: Echinocțiul de primăvară, Echinocțiul de toamnă, Solstițiul de vară, Solstițiul de iarnă, Începutul iernii, Începutul primăverii, Începutul verii și Începutul toamnei. Altfel spus, Lao Yin ⚏ reprezintă Solstițiul de iarnă, Lao Yang ⚌ reprezintă

Solstițiul de vară, Shao Yang ⚎ reprezintă Echinocțiul de primăvară, Shao Yin ⚏ reprezintă Echinocțiul de toamnă.

Cele șaizeci și patru de hexagrame expuse într-un pătrat reprezintă, de asemenea, miniatura legii unității de timp și spațiu în univers. De exemplu, în *Aranjamentul timpuriu al lui Fu Xi*, trigramele de la Fu (Întoarcerea) la Qian (Creația) reprezintă primăvara și vara; trigramele de la Gou (Întâlnirea) la Kun (Recepția. Odihna în fermitate) reprezintă toamna și iarna. Cele Opt Trigrame au, de asemenea, un puternic simț al spațiului și al direcției: Kun (Receptiv. odihnindu-se în fermitate) reprezintă Solstițiul de iarnă, este nordul; Lin (Apropierea. Simbol al avansului) reprezintă Echinocțiul de primăvară, este estul; Qian (Creativul) reprezintă Solstițiul de vară, este sudul; Dun (Retragerea) reprezintă Echinocțiul de toamnă, este vestul. În *Aranjamentul ulterior al regelui Wen*, Kan (Groapa periculoasă) este Solstițiul de iarnă, reprezentând nordul; Zhen (Tunetul, Puterea excitantă) este Echinocțiul de primăvară, reprezentând estul; Li (Încleștarea) este Solstițiul de vară, reprezentând sudul; Oui (Bucuria, Plăcerea) este Echinocțiul de toamnă, reprezentând vestul.

Harta He și Scrierea Luo poartă, de asemenea, informația despre unitatea de timp și spațiu în univers. Ele nu sunt doar simboluri ale timpului care trece în cele patru anotimpuri ale unui an sau ale timpului care trece în zi și noapte, ci și simboluri ale spațiului în opt direcții. De exemplu, numărul unu din partea inferioară a Scrierii Luo reprezintă Solstițiul de iarnă, vremea rece și nordul; numărul trei din stânga reprezintă Echinocțiul de primăvară, vremea caldă și estul; numărul nouă din partea superioară reprezintă Solstițiul de vară, vremea caldă și sudul; numărul șapte din dreapta reprezintă Echinocțiul de toamnă, vremea rece și vestul. Așadar, Scrierea Luo se potrivește cu dispunerea ulterioară a celor Opt Trigrame de către regele Wen. Caracteristica Scrierii Luo este că cele opt direcții ale sale sunt foarte clare. Astfel, scrierea Luo, în colaborare cu cele opt trigrame, este folosită de Yi Wei și de MTC pentru a prognoza vremea, direcția, clima și alte fenomene naturale ale unui anotimp.

Harta He este, de asemenea, o miniatură a unității de timp și spațiu în univers. Numărul unu din partea inferioară a hărții He este numărul apei, reprezentând nordul, Solstițiul de iarnă, vremea rece, lucrurile care se depozitează; numărul trei din stânga este numărul lemnului, reprezentând estul, echinocțiul de primăvară, vremea caldă, lucrurile care încep să crească; numărul șapte din partea superioară este numărul focului, reprezentând sudul, vremea caldă, Solstițiul de vară, lucrurile care cresc; numărul nouă din dreapta este numărul metalului, reprezentând vestul, toamna, lucrurile care se recoltează.

Pe scurt, timpul și poziția indicate în Marele Terminus, cele Șaizeci și patru de Hexagrame expuse într-un pătrat, Harta He și Scrierea Luo se potrivesc cu mișcarea soarelui și reflectă relația timp-spațiu a sistemului format din soare, pământ și Lună. Ele conțin cunoștințe despre calendar, vreme, climă, direcție și fenologie și simbolizează unitatea de timp și spațiu în univers. Principala diferență este că Marele Terminus arată unitatea cu combinația de pești Yin-Yang; Cele Opt Trigrame reflectă unitatea cu trigrame și Yao; Harta He și Scrierea Luo simbolizează unitatea cu numerele. Acestea reflectă caracteristicile *Cărții Schimbărilor* prin ilustrarea principiilor prin imagini și numere.

Marele Terminus, cele Opt Trigrame, Harta He și Scrierea Luo cooperează, de asemenea, între ele pentru a-și spori capacitatea de ilustrare. De exemplu, Marele Terminus și cele Opt Trigrame formează cele Șaizeci și patru de Hexagrame expuse într-un pătrat. Scrierea Luo și aranjamentul ulterior al celor Opt Trigrame de către Regele Wen formează Harta Nouă Gong-Opt Feng, care ilustrează mai ușor timpul și spațiul. Pe baza acestora, Yi Wei a creat Harta Tai Yi Jiu Gong. care este folosită pentru a ghici fenomenele astronomice, clima și activitatea umană. Aceasta reprezintă fundamentul practicilor ulterioare de divinație. MTC a creat, de asemenea, Harta Nouă Gong-Opt Feng, care poate fi folosită pentru a prezice fenomenele astronomice, clima, activitatea și bolile, fiind foarte importantă pentru Medicina Timpului din MTC și Medicina Pozițională din MTC.

Apendice: Orientarea celor opt trigrame este o miniaturare a relației timp-spațiu din univers.

Orientarea clară din cele Opt Trigrame este o miniaturare a interrelației dintre mișcarea materiei în univers. Structura de patru direcții și patru colțuri din cele Opt Trigrame conține legea mișcării materiei. În microcosmos, harta celor Opt Trigrame este identică cu structura de simetrie a compozitului de hadroni. Există opt electroni la nivelul exterior al tabelului periodic al elementelor, iar harta celor Șaizeci și patru de Hexagrame expuse într-un pătrat se aseamănă cu dispunerea codurilor genetice. În macrocosmos, cele Opt Trigrame se potrivesc cu cele opt faze ale lunii. Corpurile cerești din sistemul solar corespund cu orientarea celor Opt Trigrame, care a fost descoperită de Liu Zihua în 1930. El a calculat orbita celei de-a zecea planete. Viteza sa orbitală medie este de doi kilometri pe secundă; densitatea sa este de 0-424 grame pe centimetru cub; distanța medie de la ea până la soare este de 70 de miliarde de kilometri ("*Marele Terminus, cele Opt Trigrame și Știința Modernă*", Zhi Xuzi).

Deși exista încă o dispută cu privire la existența celei de-a zecea planete, Liu Zihua, care a folosit teoria orientării celor Opt Trigrame în locul legii gravitaționale a lui Newton, a prezis existența celui de-al zecelea satelit al soarelui. Acest lucru arată viitorul strălucit al teoriei de orientare a celor Opt Trigrame în lumea spațială obiectivă.

Secțiunea 2. Unitatea mișcării și odihna relativă și punctul de vedere al echilibrului și odihnei din Marele Terminus, Cele Opt Trigrame, Harta He și Scrierea Luo

Marele Terminus, cele Opt Trigrame, Harta He și Scrierea Luo reflectă unitatea mișcării și a odihnei în univers.

Mișcarea este eternă, absolută și necondiționată, în timp ce odihna este temporară, relativă și condiționată - unitatea dintre mișcare și odihnă relativă este de fapt unitatea dintre mișcare și echilibru. Dacă nu am admite existența repausului, aceasta ar anula stipulația esențială a lucrurilor. În acest fel, s-ar nega existența lucrurilor, ceea ce ar duce la idealism.

Echilibrul și viața sunt legate între ele. Chintesența unității dintre mișcare și repaus relativ este echilibrul, echilibrul relativ. Echilibrul este o formă importantă a mișcării materiei. Echilibrul există în toate, este o condiție esențială a existenței vieții. Această unitate este reflectată în *Cartea Schimbărilor.*

Ce este echilibrul? Engels spunea: "Echilibrul este atracția care depășește excluderea. Echilibrul nu poate fi separat de mișcare".

Marele Terminus, cele Opt Trigrame, Harta He și Scrierea Luo reflectă teoria echilibrului, afirmând că echilibrul există în mișcare, iar mișcarea există în echilibru. Echilibrul este activ și dinamic, nu static, nici absolut, ci relativ. Este un echilibru pe ansamblu, nu un echilibru în toate părțile. Echilibrul pe ansamblu se dezvoltă din nenumăratele dezechilibre din părți.

Harta Marelui Terminus arată creșterea și declinul lui Yin și Yang cu ajutorul curbei ***S***. Numai punctul central al curbei ***S*** este în echilibru, toate celelalte puncte sunt dezechilibrate; numai linia care trece prin punctul central este în echilibru, celelalte linii nu sunt în echilibru. Așadar, harta Marelui Terminus este în echilibru în ansamblu, mișcarea Yin și Yang în fiecare parte este mereu în schimbare, doar punctul central S_1 din curba ***S*** este în echilibru. (A se vedea figura 21-1)

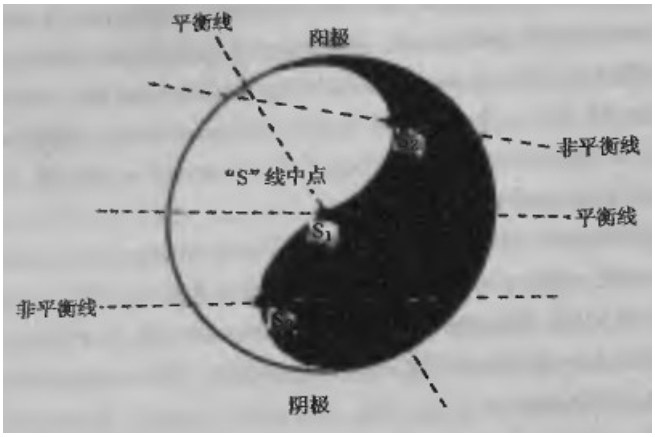
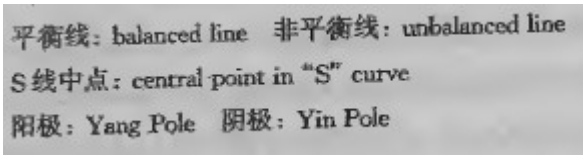


Figura 21.1. Hartă schiță a echilibrului Marelui Terminus



Notă la figura de mai sus

Această imagine dovedește că harta Marelui Terminus conține teoria filozofică profundă a echilibrului Yin-Yang, adică se află în echilibru într-o poziție stabilă, cum ar fi punctul central al curbei ***S***. Ea nu este în echilibru în poziții instabile, de exemplu, punctele de pe curba ***S*** cu excepția punctului central, cum ar fi punctele S_2, S_3. Așadar, echilibrul menționat în *Cartea Schimbărilor* este un echilibru care se dezvoltă ca dezechilibru - echilibru - dezechilibru, echilibrul este activ, schimbător.

Echilibrul în Harta celor Șaizeci și patru de Hexagrame expuse într-un pătrat este reflectat de dispunerea semnelor liniare Yin și Yang. Există șase cercuri pe harta celor Șaizeci și patru de Hexagrame, echilibrul din fiecare cerc formează echilibrul pe ansamblu. Fiecare dintre cele șase cercuri este compus în mod diferit, dar toate sunt dispuse în echilibru; strânsoarea aranjamentului este uimitoare.

Harta He și Scrierea Luo reflectă teoria echilibrului prin aranjarea numerelor. Sensul direcției și al poziției este foarte clar, mai ales în scrierea Luo, numărul total al unei cruci este de 15, iar pe verticală numărul total este de 15, Acestea pot forma diferite formațiuni pătrate, care sunt în echilibru. Astfel, formațiunile pătrate sunt numite "pătrate magice echilibrate".

Teoria echilibrului în *Cartea schimbărilor* este compusă din două părți: schimbătoare (mișcare) și neschimbătoare (repaus relativ).

I . Schimbarea - legea de bază a mișcării în univers

Schimbarea nu este doar titlul cărții, ci și nucleul cărții. Schimbare înseamnă alterare, care conține cele trei principii ale mișcării și schimbării lucrurilor.

Yi, schimbarea, are mai multe semnificații: schimbătoare, neschimbătoare, simplă și de tranzacționare, care sunt cele patru viziuni ale universului din *Cartea schimbărilor*. Nucleul celor patru viziuni este interacțiunea dintre Yin și Yang. Yi poate fi explicat, de asemenea, ca soarele și Luna. Soarele este Yang, Luna este Yin, ele simbolizează faptul că toate lucrurile din univers provin din interacțiunea dintre Yin și Yang. Așa cum s-a spus în *Explicarea cuvintelor*, "soarele și Luna sunt Yi, simbolizând Yin și Yang". Așadar, Yi înseamnă că lucrurile se mișcă, se schimbă și se dezvoltă.

Mișcarea lui Yi înseamnă interacțiunea dintre Yin și Yang. Ca și în *Marele Tratat despre Yi*, "Yin și Yang formează adevărul", ceea ce înseamnă că lucrurile din univers provin din mișcare. Aceasta este cea mai mare idee din *Cartea Schimbărilor*. Mișcarea este sursa lucrurilor și a vieții, originea corpurilor cerești și a stelelor.

II . Fără schimbări - o formă importantă de existență a mișcării universale

Neschimbarea este unul dintre elementele principale ale Yi. Cartea *Yi Wei: Qian Zao Du* explică semnificația Yi ca fiind "simplu, schimbător și neschimbător". Așadar, schimbător și neschimbător sunt două semnificații de bază ale Yi în *Cartea Schimbărilor*.

Punctul de vedere al mișcării din *Cartea Schimbărilor* este unitatea dintre schimbare și neschimbare. Nemodificarea înseamnă odihna relativă a lucrurilor, care este condiția diferențierii lucrurilor și condiția esențială a vieții în mișcare. Unitatea dintre schimbare și neschimbare este măduva *Cărții Schimbărilor*. Schimbarea este absolută și eternă. Nemodificarea este relativă, temporară. Unitatea dintre schimbare și neschimbare, sau unitatea dintre mișcare și repaus relativ, este condiția echilibrului. Deoarece mișcarea și repausul sunt opuse, între ele există o interdependență și o inter-relaționare care le pune într-o stare de unitate. De exemplu, trigrama Tai (Pace) indică faptul că numai atunci când cerul și pământul sunt în armonie, natura este în pace, în timp ce trigrama Pi (Stagnare) indică faptul că dacă cerul și pământul nu sunt în armonie, echilibrul

va fi rupt. Trigrama Ji Ji Ji (Desăvârșire) indică faptul că focul și apa trebuie să fie în armonie, atunci comunicarea poate fi în echilibru. Așadar, echilibrul în *Cartea Schimbărilor* este arătat cu armonia dintre Yin și Yang, foc și apă, duritate și moliciune. *Marele Tratat despre Yi* spune: "Mișcarea și odihna sunt calități regulate (ale subiecților lor respectivi). Aici este distincția definitivă ca fiind puternică și slabă". Acest lucru reflectă, de asemenea, interrelațiile dintre mișcare și odihnă. Altfel spus, echilibrul este rezultatul unității dintre mișcare și repaus, este relativ, dinamic și în dezvoltare.

Punctul de vedere al echilibrului din *Cartea Schimbărilor* a influențat și alte subiecte. În cadrul științelor sociale, punctul de vedere al echilibrului reprezintă fundamentul doctrinei confucianiste a mijlocului. Ideea lui Confucius "a face prea mult echivalent cu a nu face" este o regulă importantă a viziunii sale sociale. În plus, teoria echilibrului influențează și științele naturale, în special MTC. De exemplu, *Întrebări simple: Qi Jiao Bian Bian Da Lun* spune: "Nucleul lui Five Yun este ajustarea, când este mare, restrângeți-o, când este mică, ridicați-o; adaptați-vă la noile condiții, încercați să vă odihniți, reveniți la normal când se schimbă". Acest lucru subliniază faptul că există o putere de ajustare în natură. Această putere miraculoasă stabilizează clima și aceasta este condiția esențială pentru existența vieții. Această putere există, de asemenea, în corpul uman și face ca organismul să își mențină echilibrul. De exemplu, Qi (energia vitală) și sângele din corp, precum și Yin și Yang din organele interne, toate sunt în echilibru. Această viziune echilibrată a corpului este explicată cu atenție în cele *Șapte articole despre Yun Qi* din *Canonul de medicină al împăratului*. De exemplu, *Întrebări simple: Xue Qi Xing Zhi Pian* spune: "Există un sânge și un Qi normal și stabil pentru oameni. Tai Yin înseamnă mai mult sânge, dar mai puțin Qi; Shao Yang înseamnă mai puțin sânge și mai mult Qi. Yang Ming înseamnă mai mult Qi și sânge, Shao Yin înseamnă mai puțin sânge și mai mult Qi, Que Yin este de obicei mai mult sânge și mai puțin Qi, Tai Yang înseamnă de obicei mai mult Qi și mai puțin sânge. Acestea sunt foarte frecvente, ceea ce arată că sângele și Qi și canalele sunt în echilibru extern și intern. În schimbări, cantitatea de energie și sânge se numește "constantă cerească", echilibrul dintre Yin și Yang este un principiu natural, care se poate aplica organelor interne umane. De exemplu, *Pivotul spiritual: Shi Zhong* spune: "Cinci Zang sunt Yin, șase Fu sunt Yang". *Întrebări simple: Jin Gui Zhen Zhen Yan Lun* spune: "Spatele este Yang, iar Yang în Yang este inima. Abdomenul este Yin, iar Yin în interiorul lui Yin sunt rinichii".

Echilibrul este un mijloc de supraviețuire, capacitatea de echilibru a omului este rezultatul a sute de milioane de ani de evoluție, rezultatul selecției naturale. Capacitatea de echilibru a bărbaților este demonstrată nu doar în fiziologie, ci și în psihologie. Echilibrul psihologic al oamenilor este rezultatul multor ani de practică într-un mediu social complicat. În anumite condiții, este mai dificil să păstrezi echilibrul într-un mediu social de supraviețuire decât într-un mediu natural de supraviețuire. Dacă oamenii nu ar fi avut capacitatea de echilibru psihologic, pe care alte creaturi nu o au, oamenii nu ar fi putut depăși toate dificultățile din societate.

Anexă: Balansul Știință Medicală

MTC este cea mai timpurie știință medicală a echilibrului. Aceasta a absorbit punctul de vedere al echilibrului din *Cartea Schimbărilor*, l-a reformat și apoi a creat știința medicală a echilibrului, care a fost folosită pentru a trata pacienții, pentru a regla energia, pentru a crea rețete și pentru a folosi medicamente, în timp ce trata un pacient. Astfel, se pune accentul pe echilibrul ecologic din organism, se observă semnul unei stări de dezechilibru și se corectează starea de dezechilibru. Scopul acestor metode este de a restabili echilibrul ecologic în corpul uman.

Puternica capacitate de adaptare a organismului duce adesea la un echilibru anormal în organism. Echilibrul anormal include două stări, starea negativă și starea supra-pozitivă, ambele fiind dăunătoare. Din punctul de vedere al psihologiei sociale, echilibrul negativ îi face pe oameni să se mulțumească cu ușurința și confortul temporar, în timp ce echilibrul excesiv de pozitiv îi face pe oameni aroganți și încrezuți în sine. Deși aceste două stări de spirit sunt anormale, ele sunt mijloace pentru ca oamenii să supraviețuiască.

Aceste două tipuri de echilibru anormal există și în patologie. Răul este că ele acoperă

progresul bolii interioare.

Echilibrul negativ din organism este adesea cauzat de o deficiență de Yin sau Yang. Starea de echilibru negativ poate dura mult timp datorită rezistenței puternice a corpului uman, ceea ce creează condiții pentru apariția multor boli ascunse. Atunci când bolile sunt descoperite, cel mai bun moment pentru a le vindeca a fost deja ratat. De exemplu, echilibrul negativ al rinichilor cauzat de deficiența de rinichi -Yang poate dura mulți ani din cauza capacității de adaptare a corpului uman.

Când este descoperită, capacitatea organismului de a compensa a fost aproape pierdută. Starea de echilibru supra-pozitiv este adesea cauzată de hiperactivitatea Yin sau Yang. Deși această stare nu poate dura la fel de mult ca și starea de echilibru negativ, ea poate acoperi și evoluția anumitor boli ascunse. Atunci când boala este descoperită, aceasta a ajuns într-un stadiu avansat. De exemplu, semnele timpurii ale hiperfuncției unor boli cauzate de endocrinopatie, cum ar fi hipertiroidismul și hiper-adrenalismul, sunt adesea acoperite de mijloacele de adaptare ale organismului, iar atunci când bolile sunt descoperite, sănătatea a fost iremediabil afectată.

Așadar, toate aceste echilibre, indiferent că sunt în psihologie sau în fiziologie, negative sau supra-pozitive, dovedesc că echilibrul este condiția activității de viață. Activitatea vieții este un progres veșnic, care nu poate fi separat de echilibrul relativ. De multe ori, din dezechilibru se dezvoltă un nou echilibru, apoi noul echilibru este rupt, astfel încât se produce și se dezvoltă o nouă viață. În acest fel, teoria echilibrului din *Cartea Schimbărilor* poate fi aplicată la regula de mișcare a tuturor lucrurilor din univers.

Secțiunea 3 . Unitatea opușilor Yin-Yang și viziunea asupra mișcării din Marele Terminus, cele opt trigrame, harta He și scrierea Luo

Cartea schimbărilor: Yi Zhuan (Comentariile), Marele Terminus, Cele opt trigrame, Harta He și Scrierea Luo, toate conțin teoria filozofică a mișcării Yin-Yang. Unitatea opusului Yin-Yang este reflectată de interacțiunea dintre Yin și Yang.

Esența unității opușilor Yin-Yang este că interacțiunea dintre Yin și Yang produce mișcare. Mișcarea produce toate lucrurile, deci natura vieții este mișcarea. Această idee apare în cartea *Marele tratat despre Yi*, în care se spune că "mișcarea succesivă a operațiilor inactive și active constituie ceea ce se numește cursul lucrurilor. Cerul și pământul existând, toate lucrurile își obțin atunci existența .... există o întrepătrundere a influenței geniale a cerului și a pământului, iar transformarea în diferitele sale forme se produce din abundență". Viața este forma existentă a materiei în mișcare, nu există nici viață nemișcată, nici materie nemișcată. Mișcarea este natura de bază a materiei. *Cartea Schimbărilor* a observat natura materiei cu trei mii de ani în urmă, ideea că mișcarea cerului și a pământului a produs toate lucrurile este foarte mare.

Unitatea contrariilor Yin-Yang în harta Marelui Terminus este arătată de combinația de pești Yin-Yang. Pe hartă, Yin și Yang sunt opuse, dar ele formează strâns o unitate în cerc. Aceasta este miniatura interacțiunii Yin-Yang în univers. Deși harta este simplă, semnificația sa este profundă. Harta ilustrează legea de mișcare a universului doar cu ajutorul unui cerc și al unei curbe. Concizia și distincția sa sunt cu adevărat uimitoare.

În cele Șaizeci și patru de hexagrame expuse într-un pătrat, semnele liniare Yin și Yang sunt în mod evident opuse între ele, dar formează o unitate strâns legată de Yin și Yang. Trigramele, care sunt alcătuite din semne liniare Yin și Yang dispuse diferit, formează o unitate armonioasă de Yin și Yang. Armonia dispunerii sale este excelentă.

Harta He și Scrisul Luo sunt, de asemenea, miniaturi ale unității contrariilor Yin-Yang, care este arătată prin numere pare și numere impare. Unitatea sa este sub forma unui pătrat în interiorul unui cerc, a unui cerc în interiorul unui pătrat. Dintre numerele care reprezintă dimensiunile Jive (est, vest, sud, nord și centru), numerele impare corespund numerelor pare, cu excepția numărului cinci din centrul Hărții He. Cele patru direcții de pe Harta He și de pe Scrierea Luo sunt reprezentate de numere impare, iar cele patru colțuri sunt reprezentate de numere pare. Așadar, dispunerea numerelor pare și impare ilustrează unitatea opușilor Yin-Yang.

Unitatea opușilor Yin-Yang se bazează, de asemenea, pe creșterea, declinul și transformarea lui Yin și Yang. Unitatea este reflectată de o relație de interdependență și interconstrucție a lui Yin și

Yang. Interacțiunea dintre Yin și Yang produce mișcare, iar mișcarea lui Yin și Yang produce toate lucrurile. Aceasta este legea de bază pentru producerea a tot ceea ce există în univers.

Pe scurt, Marele Terminus, cele Opt Trigrame, Harta He și Scrierea Luo ilustrează interacțiunea dintre Yin și Yang; ele sunt miniaturi ale celor trei legi de bază din univers și au funcții directive pentru mișcarea materiei în univers. Acest lucru dovedește că teoria din *Cartea Schimbărilor* este o lege comună în univers, astfel încât *Cartea Schimbărilor* este cu adevărat o expresie cuprinzătoare a primei jumătăți de perioadă a celor 6.000 de ani de istorie a culturii chineze.

(Traducere de Wu Lifang)

Capitolul 22

Existența holistică a Marelui Terminus (Taiji) și a celor opt trigrame în întregul cosmos

Secțiunea 1. Definiția holisticului și sursa sa

Holografia este o nouă tehnică folosită în fotografie, care este unică și superioară în realizarea de imagini. Este diferită de fotografie în sensul comun al cuvântului prin faptul că imaginile realizate prin holografie sunt alcătuite din undele de lumină ale altor obiecte decât imaginile lor reale. Obiectul original poate să reapară prin simpla iluminare a înregistrării, chiar dacă acesta nu mai există. Cantitatea uriașă de informații stocate în imaginea holografică poate fi înregistrată. Prin urmare, nu este exagerat să spunem că o imagine holografică are aceeași valoare ca o mie de fotografii adunate împreună. Aceasta echivalează cu concluzia că în imaginile holografice există conceptul de timp, care poate reconstitui istoric forma inițială.

Cea mai veche idee holografică a fost dezvoltată ulterior în holografie. În anii 1960, a fost inventată o nouă holografie, care a sugerat că se poate obține o vedere de ansamblu a imaginii holografice printr-o fereastră foarte mică sau, cu alte cuvinte, o mică parte organică conține întregul complet. Astfel, imaginea holografică este înzestrată cu conceptul de spațiu.

Teoria holisticului este exemplificată în tehnica holografică utilizată în fotografie, împrumutând în principal principiul spațio-temporal. În consecință, teoria holisticului este în posesia funcției de reproducere a formei originale și a proprietății de a supraveghea întregul prin oricare dintre părțile sale componente. Altfel spus, teoria holisticului este de natură integrală și de natură istorică.

Scrisă în urmă cu aproximativ 3.000 de ani, *Cartea Schimbărilor* este bogată în idei holistice. Cele șaizeci și patru de hexagrame din *Cartea Schimbărilor* constituie o unitate holistică generală, realizând o miniatură holistică a primei jumătăți a istoriei civilizate chineze de 6.000 de ani și având stocate toate informațiile culturale acumulate în această etapă. Istoria schimbătoare și evolutivă a științelor sociale, a științelor naturale, a ideologiei și a culturii este împachetată și redusă la minimum în *Cartea Schimbărilor*, fără a exclude aproape nimic. Iar fiecare hexagramă din *Book of Changes* este o unitate sub-holistică care o reprezintă pe cea generală. Qian (Creativ) și Kun (Receptiv), de exemplu, ambele conțin, ca să spunem așa, esența teoriei variației din *Cartea Schimbărilor*. Fiecare Yao (linia care compune Gua) este, la rândul său, o unitate holistică și mai mică care stochează informații ale întregului.

Cele Opt Trigrame alcătuiesc în total unitatea holistică cosmică, iar întreaga secvență de hexagrame reprezintă o imagine holistică de ansamblu a Chinei antice. *Gua Ci* (judecata la hexagrame) și *Yao Ci* (textul referitor la liniile individuale) din *Cartea Schimbărilor* reprezintă o viziune atotcuprinzătoare și exhaustivă care poate fi obținută prin aruncarea unei simple priviri. Harta Taiji (Marele Terminus) și aranjamentul trigramelor sunt ambele epitete holistice ale

cosmosului. Concentrate pe ele se află legile fundamentale ale cosmosului, cum ar fi cea a interdependenței Yin-Yang, a mișcării și transformării Yin-Yang, a echilibrului Yin-Yang ... Motivul pentru care harta Taiji și dispunerea trigramelor coincid cu legile mișcării naturale constă în natura lor holistică. Potrivit *Marelui Tratat despre Yi*, "Larg este Yi-ul și mare! Dacă vorbim despre el în cea mai îndepărtată întindere a sa, nu i se poate stabili nicio limită; dacă vorbim despre el cu referire la ceea ce este aproape, lecțiile sale sunt calme și liniștite; dacă vorbim despre el în legătură cu tot ceea ce se află între cer și pământ, el le cuprinde pe toate".

O privire de ansamblu asupra Taiji și a teoriei celor Opt Trigrame arată că ele se întind peste tot, de la macrocosmic la microcosmic, de la simplu la complicat, de la junior la senior, și sunt, într-adevăr, "largi și mari".

Compus în urmă cu aproximativ 2.000 de ani, *Canonul de Medicină al Împăratului* a pus bazele MTC și a contribuit foarte mult la dezvoltarea teoriei holistice. În capitolul intitulat *Pivotul spiritual: Cinci Culori*, de exemplu, este dezvăluit faptul că cele cinci organe senzoriale conțin informații ale celor cinci organe interne. "Nasul este înalt și drept. Cele cinci organe interne se află în mijloc, iar cele șase intestine se află pe cele două laturi ale sale". Prin urmare, nasul și cele două laturi ale sale cuprind informațiile generale ale organelor interne. Dincolo de aceasta, s-a mai precizat că fața, ochii, pulsul, tâmpla, limba și antebrațele, toate dezvăluie starea organelor interne. Pe această bază, a fost avansată binecunoscuta afirmație că "interiorul corespunde exteriorului; de sus în sus; de jos în jos; de la mijloc la mijloc", care a pus bazele diagnosticului MTC (*vezi capitolul 12 Cartea schimbărilor și știința vieții umane, în special figurile 12-1, ... 12-12*) .

Metodele de diagnosticare propuse în *Canonul de medicină al împăratului* sunt, în realitate, holografice. Ele au expus suficient de bine principiul holistic.

În secolul al XV-lea, Hipocrate, părintele medicinei moderne occidentale, a subliniat că ceea ce se află în cea mai mare parte a corpului se află la fel de bine și în cea mai mică și că ochii cuiva sunt semne ale stării sale fizice. Încă o dată, vedem holisticul.

Încă din secolul al XVI-lea, Charles Darwin a observat relația dintre parte și întreg. În secolul al XVIII-lea, un anumit om de știință american a descoperit funcția holistică a celulei vegetale, și anume că fiecare celulă vegetală conține toate genele necesare pentru a produce planta completă. În anumite condiții, această celulă se poate dezvolta în tulpina plantei. Un biolog german din secolul al XVIII-lea a avansat legea biogenetică, și anume: "Ontogeneza este reproducerea simplă și rapidă a specio-genezei" ("*Universal Biological Ecology" 1866*). Un savant maghiar a găsit în secolul următor pe iris 30-41 de puncte de localizare a țesuturilor și organelor.

În anii 1950, Nogier P. Horn din Franța, a observat că auriculul este un embrion care stă cu capul în jos. De aici a fost inventată terapia de acupunctură a urechii.

Savanții din S. U. A. și Japonia au găsit părțile de proiecție viscerală pe palmă și pe talpă. În 1980, Zhang Yingqing a descoperit distribuția holistică a punctelor de acupunctură pe al doilea os metacarpian. Ulterior, el a prezentat în mod oficial teoria holisticului biologic, susținând că orice mică parte componentă dintr-un organism este reprezentativă pentru întreg.

Pe baza descoperirilor sale, a continuat să avanseze concepte precum embrionul holistic, pan-embiyo și așa mai departe. Prin embrion holistic, a subliniat Zhang, se înțelegea un embrion dintr-un organism, care se afla într-un anumit stadiu al dezvoltării sale spre un nou întreg. Embrionii holistici sunt distribuiți holistic într-un organism. Orice parte relativ independentă este un embrion holistic, care este relativ complet în structură și funcție și care este relativ și clar separat de părțile sale înconjurătoare. Un adevărat embrion holistic este cel capabil să se dezvolte într-un nou întreg complet. Teoria pan-embrionului înseamnă că fiecare embrion holistic dintr-un organism este capabil să se dezvolte într-un întreg și, în anumite condiții, să evolueze într-un nou individ. Cu alte cuvinte, fiecare celulă dintr-un organism conține toate informațiile genetice ale întregului și, este posibil să se dezvolte într-un individ complet.

Din dezvoltarea istorică a holisticului, atât în țară, cât și în străinătate, se poate deduce că această *Carte a Schimbărilor* cuprinde cele mai timpurii principii holistice cosmice și este, ca să spunem așa, cel mai primitiv embrion al holisticului.

Secțiunea 2. Holisticul din Taiji și cele opt trigrame din *Cartea Schimbărilor*

Legea holistică a Taiji și a celor Opt Trigrame prezentate în *Cartea Schimbărilor* este teoria Yin-Yang. Creșterea și descreșterea lui Yin și Yang, ca rezultat al interacțiunii dintre cele două, există pretutindeni în orice lucru, de la simplu la complex, de la junior la senior și de la macrocosmic la microcosmic. Aceasta este teoria fundamentală prezentată în harta Taiji și la sfârșitul celor Opt Trigrame.

Teoria Yin Yang din harta Taiji și cele Opt Trigrame din *Cartea Schimbărilor* este legea holistică aplicabilă întregului univers. Această lege însăși funcționează prin opoziția și inter-relația Yin-Yang, interdependența și interacțiunea Yin-Yang, creșterea și descreșterea Yin-Yang, echilibrarea Yin-Yang și transmutația reciprocă Yin-Yang.

Holisticul hologramei Taiji și al celor Opt Trigrame se reflectă suficient atât în macrocosmos, cât și în microcosmos. În codul biologic, de exemplu, regăsim holisticul celor Opt Trigrame. În ciuda faptului că există mai mult de două milioane de specii pe Pământ, în toate codurile genetice ale acestora există holisticul celor opt Trigrame, și anume, aranjamentul tripletelor bazelor ARN îl prezintă pe cel al hexagramelor.

Conform biogeneticii, după ce ADN-ul transferă informația genetică la ARN, ARNm are doar patru baze, care trebuie să corespundă la douăzeci de aminoacizi. În cursul corespondenței care sfidează etichetarea și repetarea, tripletele reprezintă cea mai potrivită posibilitate. Ordinea de combinare a codurilor de triplete este conformă cu dispunerea hexagramei.

În plus, cele patru baze din ARN sunt compuse din purină și pirimidină, care sunt exact opuse în natură. Cele două substanțe chimice pot fi considerate ca fiind cele două Forme elementare. Dintre cele patru baze, guanina corespunde citozinei, în timp ce adenina corespunde uracilului. Ceea ce se întâmplă cu cele patru baze este valabil și pentru cele patru simboluri emblematice derivate din cele două Forme, caz în care Yang mai mare corespunde lui Yin mai mare, iar Yang mai mic lui Yin mai mic.

Curbele de variație ale AMPc și GMPc în celulele umane sunt în concordanță cu harta Taiji Yin-Yang de creștere și descreștere. În 1973, Goldberger, inspirat de harta chineză Taiji, a propus "Ipoteza Yin-Yang" biocibernetică și a observat că relația dintre AMPc și GMPc este în concordanță cu cea dintre Yin și Yang. Cele spuse mai sus sunt suficiente pentru a concluziona că Taiji și cele Opt Trigrame sunt universal existente în microcosmos.

Mai mult, harta Taiji și cele Opt Trigrame își găsesc existența în legile mișcării cosmice și în cosmogeneză, oferind astfel o justificare pentru deducția că harta Taiji și cele Opt Trigrame se află atât în macrocosmos, cât și în microcosmos. Pe scurt, harta Taiji și cele Opt Trigrame se află peste tot și în toate, în întregul cosmos.

Secțiunea 3. Harta Taiji: Epitomul (rezumatul) legilor mișcării cosmice

Luând în considerare holistica hărții Taiji și a celor Opt Trigrame în macrocosmos, constatăm că ființele cosmice se schimbă și se dezvoltă în modul în care Yin și Yang o fac în harta Taiji, ceea ce contează ca o miniatură a legilor mișcării cosmice - descreșterea și creșterea Lunii, de exemplu, coincid în mod surprinzător cu cea a lui Yin și Yang; jumătate din pământ este pământ și jumătate apă, alcătuind o hartă a lui Yin și Yang; recurența zilei și a nopții și schimbarea anotimpurilor, ambele fenomene fiind cauzate de mișcarea pământului, ne oferă o altă imagine a variației Yin-Yang.

În urmă cu 40,7 miliarde de ani, nebuloasa difuză primordială din spațiul cosmic, mama sistemului solar, a fost și ea o nebuloasă Taiji formată din cele două gaze Yin și Yang.

Cosmosul este rotund, la fel și soarele, Luna, pământul, ... toate corpurile cerești sunt rotunde, ca o hartă rotundă de Taiji și cu descreșterea și creșterea periodică a lui Yin și Yang în inimă.

Un alt exemplu este mișcarea în spirală a galaxiei. După cum se poate observa din următoarele diagrame, ea seamănă foarte mult cu rotația în spirală a peștelui Yin-Yang.

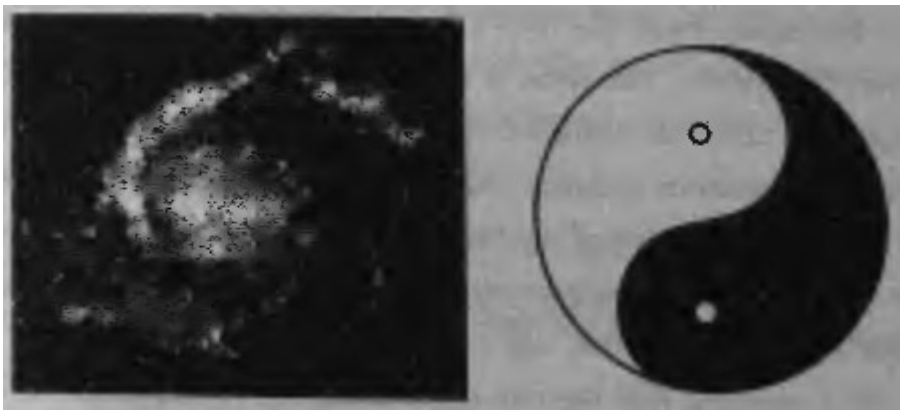


Figura 22-1: spirala unei Nebuloase și Harta Taiji

Pe scurt, întregul cosmos prezintă un model de mișcare Taiji, iar harta Taiji poate fi considerată cu siguranță ca o minimizare a întregului cosmos.

Secțiunea 4. Holismul Taiji și cele opt trigrame din corpul uman

În corpul uman, există, de asemenea, "holografia" Taiji și a celor Opt Trigrame. Așa cum se subliniază în *Întrebări simple: Jin Gui Zhen Yanhun*, "În ceea ce privește o ființă umană, exteriorul este Yang și interiorul este Yin, la un corp uman, spatele este Yang și abdomenul este Yin: în ceea ce privește Zang și Fu (viscerele și intestinele), Zang este Yin și Fu este Yang". Se spune, de asemenea, în *Întrebări simple: Yin Yang Li He Lun,* "Vorbind de Yin și Yang, putem obține o sută dacă sunt zece; dacă sunt o mie, vom avea zece mii; posedarea a zece mii ne permite să posedăm infinitul". Prin urmare, din variația Yin-Yang a unei părți o putem vedea pe cea a întregului. Același lucru este valabil și pentru corp. În lumina teoriei holismului biologic a lui Zhang Yingqing (și anume, orice parte componentă a unui organism cuprinde informații holistice), se pot obține informații despre variația Yin-Yang a corpului uman atâta timp cât aceasta este măsurată ca variație a concentrației celor două substanțe: cAMP* (care este pozitivă) și cGMP** (care este negativă).

Se raportează că curbele de variație zi-noapte ale cAMP și cGMP (ambele aparținând nucleotidei ciclice) sunt în corespondență cu cea a Yin și Yang în corpul uman, ceea ce oferă dovezi pentru afirmația că se pot obține informații despre întreg din oricare dintre părțile sale organice. Nu există doar holisticul Yin-Yang al Taiji în corpul uman, ci și cel al celor Opt Trigrame.

Holisticul celor opt triunghiuri se regăsește în ochi, urechi, mâini, față, limbă, puls, abdomen și așa mai departe. În afară de aceasta, prin utilizarea celor Opt Trigrame, poziționarea devine practicabilă. Aceasta arată relativitatea și integralitatea corpului (a se vedea capitolul unsprezece, *Cartea schimbărilor și fiziologia corpului uman*). Holisticul celor opt trigrame este utilizat pe scară largă în medicină. În acupunctură, masaj sau chiropractică, de exemplu, ordinea de aranjare a trigramelor și relația sa cu organele interne pot fi folosite pentru a localiza punctele de acupunctură. Pe de altă parte, corpul constituie un Taiji mare, căruia îi aparțin diferitele zone constitutive considerate ca fiind Taiji mici. Cele două Forme de Taiji rămân în creier, precum și în cele cinci organe interne. Cu alte cuvinte, întregul corp este o combinație de Yin și Yang, iar zonele componente sunt mici combinații de Yin-Yang, a căror cunoaștere are o mare valoare practică în medicină. Explicația plauzibilă ar trebui să fie următoarea: fiecare parte al corpului cuprinde deviația de Yin și Yang, punând astfel bazele teoretice pentru echilibrarea Yin și Yang în terapie.

Secțiunea 5. Zonele holistice speciale din corpul uman

Potrivit lui Zhang Yingqing, în orice organism există unele părți care, din punct de vedere funcțional și structural, sunt relativ independente de zonele înconjurătoare și formează o graniță relativ aparentă cu acestea. Acestea se numesc unități holistice. Fiecare parte dintr-o unitate

* cAMP este un derivat al adenozin trifosfatului și utilizat pentru transducția semnalului intracelular în multe organisme diferite, transportând calea dependentă de cAMP.

** cGMP acționează ca un al doilea mesager asemănător AMP-ului ciclic.

holistică își poate găsi corespondentul în toate unitățile holistice surori.

Corpul uman este o unitate holistică generală, iar în ea se află altele minore. Deși fiecare unitate holistică înglobează mesaje ale întregului, există un decalaj în ceea ce privește cantitatea de informații despre întregul pe care îl concentrează. În ciuda faptului că urechile, ochii, tălpile, buricul, palma etc. sunt toate capabile să ofere mesaje ale celor cinci organe interne, *filtrumul*, gura și nasul par mai importante în acest sens. Rezultă că există anumite zone holistice speciale în corp, în care concentrarea mesajelor este mai mare. Aceste zone holografice speciale sunt exact cele pe care le folosește MTC în diagnosticare.

I . Zonele speciale Yin Yang din corpul uman

După cum se arată în *Întrebări simple: Boo Ming Quan Xing Lun,* "Corpul uman, în esență, este alcătuit din Yin și Yang". O altă afirmație care contează pentru punctul în cauză este din *Pivotul spiritual: Shou Yao Gang Rou*: "Există Yin și Yang atât în interior, cât și în exterior. În interior, cele cinci organe interne sunt Yin, în timp ce cele șase intestine sunt Yang; în exterior, tendoanele și oasele sunt Yin, în timp ce pielea este Yang. " Ideea aici este că există o hologramă Yin Yang în orice parte a corpului uman. Holograma Yin Yang nu se află doar în fiecare parte organică, ci în toate mesajele pe care le inițiază corpul uman, cum ar fi expresia pe care o ia, culoarea pe care o afișează, sunetul pe care îl emite, starea pulsului pe care îl reflectă, fluidul pe care îl secretă, deșeurile pe care le produce și așa mai departe. Zhang Jingyue, un medic celebru din timpul dinastiei Ming, a spus odată: "Cunoștințele medicale, deși complicate, pot fi rezumate la Yin și Yang. Există, prin urmare, Yin și Yang în simptom, în starea pulsului, în medicament, ... dacă cineva poate avea acces la o înțelegere clară și cuprinzătoare a Yin și Yang, va obține cu siguranță cea mai mare parte a cunoștințelor medicale care par atât de absconse" (*Jingyue Quan Shu: Chuan Zhong Lu*).

Ceea ce cartea încearcă să elucideze este faptul că orice parte din corpul uman prezintă mesaje Yin Yang ale întregului. Cu toate acestea, cantitatea de informații holistice stocate în fiecare unitate variază considerabil. Astfel de unități holistice precum pulsul și limba sunt în mod normal ciupite de mai multe. Motivul pentru care în MTC variația Yin Yang a întregului corp poate fi percepută doar prin simpla observare a pulsului și a limbii constă în faptul că medicii MTC au dobândit o bună cunoaștere a zonelor holistice speciale.

II . Zonele holistice speciale ale canalelor și colateralelor

Canalele și colateralele din corpul uman sunt existente în mod holistic. Sistemul de canale din corpul uman se împarte în două tipuri, și anume: canale verticale și canale orizontale, care traversează corpul uman în direcții diferite, legând astfel toate mesajele între ele. Prin urmare, sistemul de canale, ca să spunem așa, este un flux de mesaje care trece în toate direcțiile prin corpul uman. Fiecare punct de acupunctură constă mai mult sau mai puțin din mesajele întregului sistem de canale și este o fereastră prin care putem scana întregul holistic. Cu toate acestea, rezervele de informații despre întreg în fiecare unitate de canal holistic sunt diferite în grade diferite. Unele puncte de acupunctură se bucură de rezerve mai mari de mesaje despre întreg. *Filtrum*, de exemplu, oferă informații despre centrul vital al corpului, ceea ce justifică utilizarea *filtrumului* în caz de urgență și în recuperarea conștiinței. În articolul intitulat "Cele douăsprezece zone cutanate", pielea care acoperă corpul este împărțită în douăsprezece părți, aparținând, respectiv, celor douăsprezece canale diferite. Fiecare dintre cele douăsprezece zone este socotită a fi o unitate holistică, care prezintă o panoramă a modificărilor patologice. *Întrebări simple: Pi Bu Lun* spune: "Cele douăsprezece canale sunt toate conectate cu zonele cutanate, ... de aceea, pielea se împarte în părți și pot apărea unele boli grave dacă nu se acordă atenție acestora". Avertismentul este că unele boli grave se vor dezvolta dacă nu percepem schimbările patologice pe care le suferă cele douăsprezece zone cutanate. Dar mesajele transmise de cele douăsprezece zone cutanate sunt diferite ca grad. Distribuția diagnosticului de inspecție în pielea feței, cele cinci organe interne din nas, zonele învecinate, precum și cele cinci roți, cei opt pereți ai ochilor și așa mai departe, toate acestea explică de ce fața, capul și cele cinci organe de simț sunt considerate zone holistice cu greutate și speciale.

În aceste zone se află mesajele foarte condensate ale celor cinci organe interne, ceea ce aduce în prim plan relația dintre parte și întreg.

III . Zonele holistice speciale ale lui Zang Xiang

Zang se referă la organele interne, în timp ce Xiang la fenomenele fiziologice - remarca Zhang Jingyue. "Prin Xiang, ne referim la formă și fenomen. În timp ce organele interne se află în interior, forma poate fi percepută din exterior. De aici și termenul de "stare a viscerelor"" (Lei Jing). Dictonul predominant în MTC "ceea ce se produce în interior este obligat să ia o formă exterioară" este în concordanță cu afirmația lui Zhang. Prin urmare, în ceea ce privește doctrina stării viscerelor, fiecare unitate holistică din corpul uman poartă informații despre starea viscerelor. De exemplu, starea pulsului Cuku este încărcată cu o mulțime de informații despre viscere, din care se oglindesc multe mesaje interne, inclusiv cel al celor cinci organe interne, al energiei vitale și al sângelui, al stării mentale etc. În acest sens, starea pulsului servește drept bază importantă de diagnostic pentru MTC. În *Întrebări simple: Jing Mai Bie Lun*, "Arterele și venele se combină în Qi ales, care curge prin intestine și viscere și, pe termen lung, ajunge la locul de control a cărui funcție este de a realiza un echilibru. Ieșirea lui Qi (adică Qikou) are o lungime de numai un singur *Cun*, care este numit Cunkou, hotărând viața și moartea". Citatul de mai sus se referă la starea Cunkou ca fiind Qikou, ceea ce implică faptul că starea pulsului Cunkou este zona holistică specială a hologramei Qi din corpul uman. Discuția de mai sus arată că există nenumărate unități holistice, mari și mici, în corpul uman. Zonele holistice speciale, în special, sunt unități holistice și mai importante în furnizarea de informații despre întregul corp uman, din motivul că în aceste părți informațiile despre întreg sunt încă și mai puternic condensate.

În concluzie, *Cartea Schimbărilor* este plină de hologramа cosmică a Taiji și a celor Opt Trigrame. Aceasta se dovedește a fi de o mare valoare holistică pentru studiul legilor pentru toate ființele de pe pământ.

(Traducere de Li Shaofeng)

Capitolul 23

Cartea schimbărilor și apariția universului

Secțiunea 1. Semnificația profundă a apariției legii Yin Yang Yao

Deși cele opt trigrame sunt absconse, modelul său de bază este compus doar din Yang Yao (-) și Yin Yao (- -), care formează o singură ***gua*** (trigramă). Cele Opt Trigrame provin din **gua**-uri unice și continuă până la infinit. Noi o numim apariția Legii lui Yao. Semnificația implicită simbolizează apariția universului, incluzând totul, de la microcosmos la macrocosmos, de la simplitate la complexitate, de la primitiv la avansat. Toate aceste lucruri iau naștere datorită interacțiunii dintre Yin și Yang, care este punctul de vedere esențial despre apariția universului în *Cartea Schimbărilor.*

Apariția legii Yin Yang Yao este o lege universală. Există electricitate negativă și electricitate pozitivă în fizică, anioni și cationi în chimie, cAMP și cGMP în biochimie, spermatozoizi și ovule în embriologie, Yin primordial și Yang primordial în MTC, cifre pozitive și negative în matematică, poli pozitivi și negativi într-un câmp magnetic, etc. Toate acestea sunt compuse din Yin și Yang, la rândul lor, interacțiunea dintre Yin și Yang alcătuiește mișcările lor de bază. Fiind interdependente și reținându-se reciproc, ele determină apariția și dezvoltarea a tot ceea ce există. Aceasta este conotația apariției Legii celor opt trigrame, Yin Yang Yao din *Cartea schimbărilor*, care se aplică în general tuturor aparițiilor și evoluțiilor din univers.

Secțiunea 2. Harta He și scrierea Luo - harta derivării a tot ceea ce există

Caracteristica hărții He și a scrierii Luo este că simbolizează legea derivării tuturor lucrurilor, care se bazează pe He și Luo, cinci figuri derivate. Figurile Derivate locuiesc atât în Harta He, cât și în Scrierea Luo. He și Luo, prin intermediul figurilor derivate care le corespund, sugerează legea derivării a tot ceea ce există. Aceste figuri sunt de fapt coeficientul de derivare a tot ceea ce există în univers. Cele cinci cifre, de la 1 la 5, sunt toate cifre derivate. Și toate sunt derivate directe. Figura 1, figura apei, care este Yin extrem, este baza materială a tuturor lucrurilor. Prin urmare, ea este prima dintre cele cinci figuri. Figura 2 este focul, care este forța originară care transformă totul în Qi, așa că focul este clasat pe locul al doilea. Figura 3 este lemnul. Lemnul reprezintă derivarea și creșterea lui Qi și are ca efect ajutorarea dezvoltării. Acesta este motivul pentru care lemnul aparține figurilor derivate. Figura 4 este metalul. Metalul se referă la maturitate și înseamnă că totul este copt pentru recoltare. Dintre cele cinci figuri, metalul reprezintă comparativ recolta. El are însă calitatea de derivare. Caracterul metalului este forța care face ca totul să fie copt. Se spune în *Hong Fan: Cartea istoriei*: "Metalul are natura de a se limpezi și de a se schimba". Adică, metalul se caracterizează prin duritate și poate fi transformat liber în altceva. De exemplu, fierul poate fi transformat în lucruri de diferite forme. Figura 5 este pământul, care este considerat ca fiind mama tuturor lucrurilor. Numai din pământ poate fi derivat totul. Din cele spuse mai sus, putem trage concluzia că toate cele cinci figuri au calitatea de derivare și, respectiv, joacă roluri importante în derivarea tuturor lucrurilor. Cele cinci figuri derivate din He și Luo sunt considerate figuri de promovare între cele cinci elemente în *Hong Fan: Cartea istoriei*: Lemnul care generează focul, focul care generează pământul, pământul promovând metalul, metalul promovând apa și apa promovând lemnul, astfel a luat naștere Legea promovării între cele cinci elemente, care este atât originea teoriei celor cinci elemente, cât și o importantă teorie fundamentală a MTC.

Cele cinci figuri derivate se potrivesc nu numai naturii, ci și corpului uman. De exemplu, figura 1 din He și Luo, conform Legii celor cinci elemente, este apa. Apa corespunde rinichilor din corpul uman, iar rinichii sunt forța de mișcare pentru creșterea și scăderea Qi. Atunci când Yang din Kan începe, Yang din rinichi se ridică. Splina (pământul) este încălzită și plină de Zhong Qi. Ficatul (lemnul) se încălzește și dă Qi de apariție, inima, focul se instalează și Li Yin cade, deci se poate vedea clar că ridicarea Qi-ului rinichilor face să apară energia corpului. Numărul "2" din He Luo este focul care corespunde la nivel intern cu inima care controlează arterele; (curgerea focului din inimă înseamnă circulația în jurul întregului corp a sângelui Ying, care încălzește și hrănește cele cinci organe Fu și șase organe Zang, patru ramuri și o sută de vase, și face ca energia vitală să fie prosperă ca focul. Numărul "3" din He Luo este lemnul care corespunde la nivel intern cu ficatul, deci ficatul controlează creșterea. Vezica biliară este lemnul Jia; ficatul, lemnul Yi. Qi-ul ficatului și al vezicii biliare simbolizează apariția primăverii, Zang Qi în interiorul corpului, încurajat de caracterul lemnului, se poate umple de vitalitate și poate avea un Qi și un sânge armonios și neted. Numărul "4" din He Luo este metalul care corespunde la nivel intern cu plămânii. Caracterul metalului este vitalitatea pentru maturitate, care este întruchipată în plămâni și înseamnă echilibrul dintre plămâni și vitalitate, adică o cădere adecvată este pentru o mai bună apariție. Numărul "5" din He Luo este pământul care corespunde la nivel intern cu splina. Apariția pământului este întruchipată ca ajustare a pământului la axa de creștere și cădere a Qi. Mijlocul pământului servește ca axă pentru creșterea și scăderea Qi. Așadar, numai funcția normală a apariției pământului mijlociu poate face ca ridicarea limpede și căderea murdară să se desfășoare fără probleme, astfel încât activitatea de viață să poată fi finalizată.

În plus, cele cinci figuri derivate sunt folosite în șase substanțe vitale pentru procesul vieții de către *Canonul de Medicină al Împăratului*, și anume: frigul care favorizează apa, focul care se transformă în figura 2, vântul care favorizează plantele, uscăciunea care favorizează metalul, ploaia care se transformă în figura 5. Deși cele șase substanțe vitale pentru procesul vieții pot deveni șase esențe alimentare vehiculante și pot face rău corpului uman, generarea și creșterea a tot ceea ce există, inclusiv existența ființelor umane, nu se poate face fără ele, așa cum se spune în *Wu Yun Xing Da Lun: Întrebări simple*, "încălzirea pentru a o aburi, suflarea pentru a o mișca, umezirea pentru a o umezi, răcirea pentru a o întări, încălzirea pentru a o reîncălzi".

Din analiza de mai sus a celor cinci figuri de derivare a lui He și Luo, putem observa că figurile lui He și Luo au o semnificație generală în ceea ce privește derivarea tuturor lucrurilor.

Secțiunea 3. Imaginația despre Marele Terminus - Legea derivării celor opt trigrame

Marele Terminus - Legea derivării celor opt trigrame, consemnată în *Marele Tratat despre Yi*, este ilustrată după cum urmează: "În sistemul Yi există Marele Terminus, care a produs cele Două Forme Elementare. Aceste două Forme au produs cele Patru Simboluri Emblematice, care au produs din nou cele Opt Trigrame" (a se vedea figura 23-1).

Figura 23-1. Harta apariției Marelui Terminus și a celor Opt Trigrame

太极生两仪	Marele Terminus produce cele două forme elementare
两仪生四象	Cele două forme elementare produc cele patru simboluri elementare
四象生八卦	Cele Patru Simboluri Elementare produc cele Opt trigrame

Note la figura de mai sus

Marele Terminus, care este combinația dintre Yin Qi și Yang Qi, este starea de întrepătrundere înainte ca totul să ia naștere, așa cum se spune în *Marele Tratat despre Yi*: "Există o întrepătrundere a influențelor geniale ale cerului și pământului, iar transformarea în diferitele sale forme se produce din abundență" (Tian di yin yun, wan wu hua chun). Aici, "yin yun" se referă la starea gazoasă cea mai importantă înainte ca totul să ia naștere, este Marele Qi, inclusiv Yin Qi și Yang Qi. Îl numim Marele Terminus pentru că este nelimitat, nesfârșit. Odată ce Yin Qi și Yang Qi își fac efectul, totul poate fi produs, el va deveni obiecte care sunt limitate. Iată cum Marele Terminus a produs cele două Forme elementare, care au produs cele patru simboluri emblematice, care au produs din nou cele Opt Trigrame. Pe măsură ce acest lucru continuă, totul este produs. Acest acest lucru sugerează că producerea a tot ceea ce rezultă din combinarea lui Yin Qi și Yang Qi, în timp ce dezvoltarea a tot ceea ce depinde de interacțiunea dintre Yin Qi și Yang Qi. Originea vieții în natură a fost dată de gazul primitiv care a fost numit "yin yun" în *Cartea Schimbărilor* - Legea derivată a Marelui Terminus - Cele Opt Trigrame arată că totul provine din aceeași unitate. Marele biolog Darwin a subliniat de asemenea că toate viețuitoarele au aceeași origine, diferite tipuri de creaturi derivă din același tip. Prin urmare, peștii sunt și ei unul dintre strămoșii omului (din Misterul dragonului magic de He Xin, P21, Editura Universității Yanbian, 1988).

Legea recapitulării în evoluție a demonstrat teoria menționată mai sus. Legea recapitulării înseamnă că, în scurta perioadă de creștere a embrionului, se repetă procesul foarte lung de evoluție

a creaturilor. Prin urmare, putem spune că perioada embrionară este o epitomă holografică a evoluției creaturilor. Cercetătorii specializați în evoluție consideră că "viața provine din viață, în timp ce viața primitivă provine din non-viață", ceea ce explică cel mai bine faptul că creaturile au evoluat de la aceeași origine. Legea de derivare a Marelui Terminus - Cele Opt Trigrame dovedește această teorie. Astfel, putem vedea că legea menționată mai sus este o chestiune de știință și practică.

Conform Marelui Terminus - Legea de derivare a celor opt trigrame, ne putem imagina că fiecare lucru, de la microcosmos la macrocosmos, de la simplitate la complexitate; de la primitiv la avansat, și legile lor generatoare (derivate) pot fi unificate sub Marele Terminus - Legea de derivare a celor opt trigrame. În cele ce urmează este prezentată analiza macrocosmosului și a microcosmosului, astfel încât să se demonstreze această ipoteză.

Secțiunea 4. Originea vieții - Legea derivării Marelui Terminus în microcosmos

Ce este viața? "Viața este forma existentă a proteinelor" (*Opoziție împotriva teoriei lui Duhring*). Altfel spus, viața este mișcarea proteinelor, proteina albă este baza materială a vieții. Originea vieții este una dintre cele mai importante probleme din biologie. Pe lângă faptul că derivă din părinte (s), poate apărea viața în mod natural? În secolul al XVII-lea, Pasteur, ca urmare a experimentelor și cercetărilor sale, a respins ideea apariției naturale. După aceea, sondarea originii vieții a fost abandonată timp de șaizeci de ani. Abia în secolul al XX-lea oamenii au început să o exploreze din nou.

"Originea vieții este un proces de la substanțe non-viață la viața primitivă. Cu alte cuvinte, este un progres chimic la început". În 1876, Engels a prezentat "ideea originii chimice". El a subliniat " originea vieții se realizează în mod inevitabil prin intermediul chimiei" (*Opoziția împotriva teoriei lui Duhring. Ediția din 1971, Editura Peoples*). Aceasta este exact ceea ce spun unii cercetători - "viața derivă din viață, în timp ce viața primitivă provine din non-viață" (Chen Shixiang *On Species*) în Animal Classification Journal, aprilie 1979).

Până în prezent, universul a avut o istorie lungă de douăzeci de milioane de ani. Pe parcursul unei perioade atât de lungi, a avut loc un proces biochimic, (vezi figura 23-2).

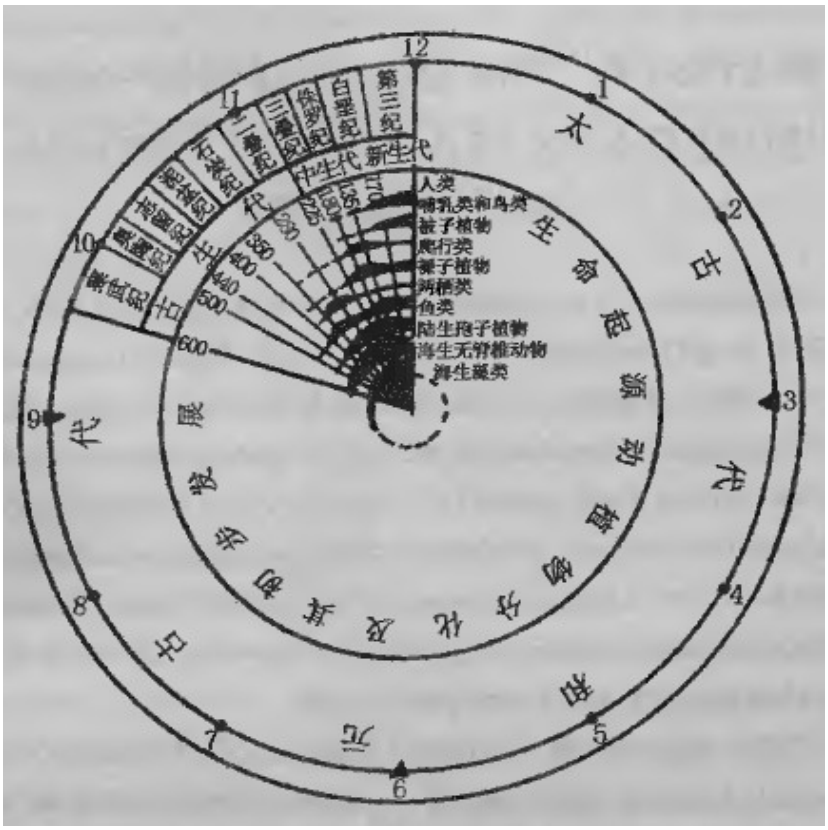
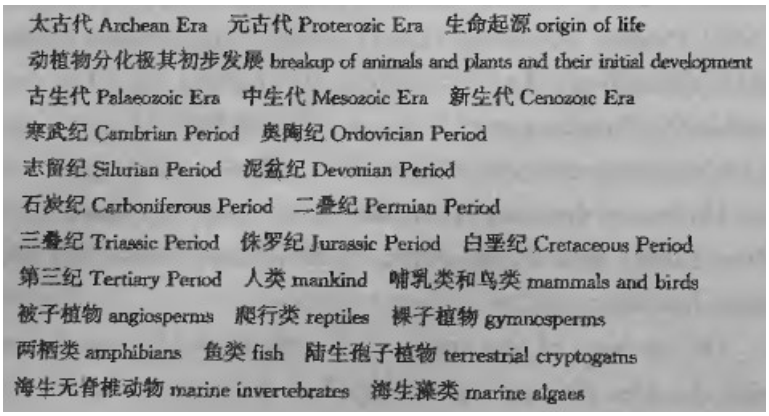


Figura 23-2. Ceasul de timp al evoluției vieții din perspectiva geologiei istorice



Note la figura de mai sus

În ceea ce privește problema originii vieții, *Cartea Schimbărilor* nu numai că susține ideea ateismului complet, dar acordă atenție și perioadei primitive a originii vieții. Ea oferă faimoasa afirmație: "Există o întrepătrundere a influențelor geniale ale cerului și pământului, iar transformarea în diferitele sale forme se produce din abundență" (*Tian di yin yun, wan wu hua chun*). Aici "yin yun" se referă la fenomenul de zbor de gaze (activitate vitală) care rezultă din combinarea lui Yin Qi și Yang Qi, căruia i se atribuie totul. "Chun" (alcool), un fel de compus organic, indică faptul că totul conține viață. Qi-ul de *yin yun* este Marele Qi primitiv (Tai Qi), care rezultă din interacțiunea dintre cer și pământ și reprezintă baza materială originală pentru biochimie. *Cartea Schimbărilor* subliniază comunicarea dintre cer și pământ. De exemplu, Tai (Pace) este alcătuit din cer și pământ și reprezintă Kun Qi care se ridică astfel încât să formeze calea cerului, în timp ce Qian Qi cade pentru a forma calea pământului. Se spune în *Secvența ordonată a Hexagramei: Cartea Schimbărilor*: "*Când au existat cerul şi pământul, atunci s-au produs toate lucrurile*". Ambele concepte se concentrează pe faptul că combinarea cerului-Qi și a pământului-Qi este forța Qi Hua (activitatea vitală). Interacțiunea dintre cer și pământ, inclusiv mișcarea corpurilor cerești; rotirea soarelui, a pământului și a planetelor; căderea aerolitului; erupția vulcanilor, razele cosmice și forțele geo-magnetice; chiar și unele tipuri de energii rezultate din tunete, fulgere și maree sunt catalizatori ai evoluției vieții. Sub reacția catalitică a tipurilor de energie, cum ar fi căldura, lumina, electricitatea, forțele magnetice și energia radioactivă, substanțele biochimice s-au transformat treptat din substanțe anorganice în molecule organice minore, apoi în molecule mari de viață, apoi în proteine și, în cele din urmă, în viață.

Așadar, comunicarea dintre cer și pământ și "transformarea în diversele sale forme din abundență" din *Cartea Schimbărilor* indică faptul că mișcarea universului provoacă Qi Hua (activitatea vitală), care determină materializarea, care determină din nou viața. Aceasta conține principiul magnific al originii vieții.

Cele de mai sus ilustrează faptul că în ceea ce privește originea vieții, *Cartea Schimbărilor* se ține de conceptul de materialism. Din punctul de vedere al materialismului istoric, aceste opinii din *Cartea Schimbărilor* reprezintă avansul civilizației orientale.

În ceea ce privește originea vieții, *Canonul de medicină al împăratului* susține aceeași opinie ca și *Cartea Schimbărilor.* De exemplu, în *Tian Yuan Ji Da Lun: Întrebări simple*, se spune: "În cer există Qi, pe pământ există formă; forma și Qi interacționează, creând astfel multitudinea de lucruri". "Cerul nemărginit este fundamentul și originea tuturor lucrurilor și, de asemenea, dezvoltarea lor. Cele cinci elemente sunt răspândite în univers, care răspândesc Qi-ul vital al cerului și al pământului, astfel că așa se naște și se obține totul. Cinci stele strălucesc pe cer. Soarele, Luna și cele cinci stele menționate mai sus se mișcă după anumite reguli, iar totul are schimbări constante de Yin și Yang. De aici se formează diferite calități de moliciune și forță. Iar întunericul, ca și evidența, apare în anumite locuri și în ordine. Căldura și frigul apar și dispar pe rând, odată cu schimbarea anotimpurilor. Totul în univers apare și se dezvoltă astfel". De asemenea, se spune că mișcarea cosmică provoacă Qi Hua (Activitatea vitală), care provoacă totul. Aici, opinia privind originea vieții este atât magnifică, cât și materialistă, ceea ce dovedește și mai mult natura științifică

a originii vieții în China antică și simbolizează progresul istoriei științifice chineze.

Cartea Schimbărilor subliniază faptul că totul provine din Tai Kong-ul primitiv, interacțiunea dintre cerul-Qi și pământul-Qi. Teoria Marelui Terminus indică faptul că Qi-ul haotic din univers este sursa a tot ceea ce există. Figurile lui He și Luo arată că totul derivă din unic. Laozi (un celebru scriitor și filozof din China antică) a subliniat că totul începe cu "Dao". Această școală a începutului universului este în armonie cu afirmația modernă conform căreia viața provine dintr-o reacție chimică primitivă. Putem observa din toate acestea că, în ceea ce privește apariția tuturor lucrurilor, Marele Terminus, cele Opt Trigrame și Legea derivată de He și Luo au o semnificație universală.

Secțiunea 5. *Cartea schimbărilor* și geneza umană

Botanistul german Schleiden și zoologul (Theodor) Schwann au descoperit celula, iar acest anunț a plasat evoluția biologică pe scena importantă a dezvoltării umane.

Originea celulei reprezintă o etapă importantă în evoluția biologică. Evoluția de la o formă necelulară la o formă celulară a acoperit o perioadă destul de lungă. Iar această perioadă include trei faze principale: formarea membranei celulare originale, a celulei nucleare originale și a celulei nucleare reale.

Geneza umană începe cu o celulă, formată prin combinația dintre spermatozoid și ovul. *Cartea Schimbărilor* joacă un rol important în ceea ce privește geneza umană. În primul rând, *Cartea Schimbărilor* subliniază că Jing este baza materială a genezei umane și spune că Jing Qi provine din intercomunicarea seminței între bărbat și femeie. După cum se spune în *Marele Tratat despre Yi*: "Există o intercomunicare a seminței între mascul și femelă și are loc transformarea în tipurile sale vii". "Yin (umbrit și inactiv) și Yang (luminos și activ) se unesc în funcție de calitățile lor, și rezultă întruparea celui puternic și a celui slab". O astfel de deducție pătrunzătoare asupra genezei umane în urmă cu câteva mii de ani era, fără îndoială, materialistă și avansată.

Valoarea importantă a *Cărții Schimbărilor* și a genezei umane constă în special în faptul că procesul genezei umane respectă Marele Terminus - modelul de derivare a celor Opt Trigrame. Zigotul uman se transformă dintr-o combinație într-o sferă compusă dintr-o subcelulă dublă, apoi în stadiul de patru celule, opt celule, șaisprezece, treizeci și două, și astfel, în cele din urmă, într-un embrion original, ceea ce reprezintă un proces similar cu dezvoltarea celor Opt Trigrame. Procesul menționat mai sus confirmă ceea ce se spune în *Marele Tratat despre Yi*: "În sistemul Schimbărilor există Marele Terminus, care produce două forme elementare. Aceste două forme produc cele patru simboluri emblematice, care produc din nou cele Opt Trigrame. Astfel, se produce hexagrama". Toate acestea dovedesc încă o dată semnificația universală a legii derivate a Marelui Terminus - cele Opt Trigrame.

Să ne întoarcem acum la procesul de formare a spermei și a ovulului. Un spermatozoid inițial suferă mai multe diviziuni și devine un spermatozoid mamă, apoi acoperă perioada de la spermatozoid la spermatozoid, adică se prezintă încă o dată legea derivatoare a Marelui Terminus. Cele Opt Trigrame, unu producând doi, doi producând patru și patru producând opt. În ceea ce privește procesul de formare a ovulului, acesta este același cu cel al spermatozoizilor.

Ca să privim chestiunea din mai multe microaspecte, procesul de apariție a celulei înaintea spermatozoizilor și ovulului original prezintă în mod necesar aceeași lege, ceea ce arată că legea derivată a Marelui Terminus - Cele Opt Trigrame este de asemenea o lege universală în ceea ce privește apariția super-microcosmică.

Faptul că legea derivată a Marelui Terminus - Cele Opt Trigrame există în mod universal în microcosmos afirmă cu tărie că legea este o lege universală în natură și este o chestiune de știință și practică. Apariția tuturor lucrurilor derivă din interacțiunile dintre Yin și Yang. Adevărul există în apariția tuturor lucrurilor, inclusiv dezvoltarea corpurilor cerești în macrocosmos și originea vieții în microcosmos.

Secțiunea 6. Observarea Marelui Terminus în macrocosmos din apariția sistemului Solar

Din moment ce apariția microcosmosului menționat mai sus respectă aceeași lege derivată,

ce se întâmplă cu macrocosmosul? Răspunsul îl putem obține din observarea apariției sistemului solar.

Sistemul solar este un sistem în care nouă planete se deplasează în jurul Soarelui. Sistemul solar este doar o galaxie din vastul univers. În acest sistem, cele nouă planete se învârt pe orbite circulare în jurul soarelui, în timp ce soarele și cele nouă planete se rotesc continuu, așa cum se arată în figura 23-3.

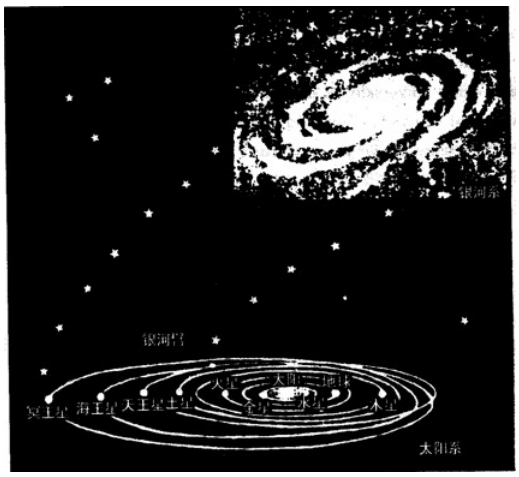


Figura 23-3. Harta Soarelui și a sistemului Căii Lactee

银河系：the Milky Way System 太阳系 the Solar System
银河臂：the Milky Way Arm 冥王星 Pluto 海王星 Neptune
天王星 Uranus 土星 Saturn 火星 Mars 金星 Vernus
太阳 Sun 水星 Mercury 地球 Earth 木星 Jupiter

Note la figura de mai sus

Cum a luat naștere sistemul solar? Teoria acceptată comparativ este ipoteza lui Kant și Laplas. În 1755, filozoful german Kant, a avansat faimoasa sa ipoteză a nebuloaselor în lucrarea *Despre istoria naturală generală și corpurile cerești*. În opinia sa, corpurile cerești ale sistemului solar proveneau din aceeași nebuloasă orbitoare. Ele au fost menținute în cadrul nebuloasei prin intermediul gravitației universale a lui Newton și, prin urmare, s-a format o unitate. În 1796, faimosul matematician francez Laplas a oferit, de asemenea, o doctrină conform căreia sistemul solar provine dintr-o nebuloasă în lucrarea sa *Despre sistemul universului*. Adică întregul sistem solar a luat naștere din bila unei nebuloase în rotație. Nebuloasa a apărut pe măsură ce gazul orbitor s-a condensat și s-a contractat. Punctul de vedere astronomic modern susține că temperatura nebuloasei nu scade, ci crește pe măsură ce aceasta se contractă, astfel încât contracția ei se datorează propriei gravitații.

Punctul de vedere modern susține că predecesorul oricărei stele este o nebuloasă de nori de gaz, formată din hidrogen și heliu. Aceasta se contractă din cauza propriei gravitații și începe să se condenseze în miezul său. Temperatura sa crește pe măsură ce se contractă, toate acestea fiind însoțite de reacții termonucleare, astfel încât ia naștere o stea. În jurul stelei poate rămâne hidrogen, care este ca un cocon de vierme de mătase și se contractă și se condensează, transformându-se apoi într-o planetă. Originea sistemului solar a trecut prin același proces. Dar soarele este o stea deosebită. Gravitația sa centrală este foarte puternică, așa că s-a contractat foarte mult. Dacă temperatura este extrem de ridicată, iar reacțiile termonucleare sunt foarte violente, la fel ca o imensă minge de foc care arde, nebuloasa a fost împărțită în formă de cerc, fiecare cerc devenind o planetă, și astfel a luat naștere sistemul solar. Formarea altor corpuri cerești în alte galaxii din univers este similară. Observatorul astronomic din Paris, Franța, tocmai a descoperit un corp ceresc în sud-estul constelației Stern, care seamănă foarte mult cu sistemul solar, care poartă numele

HD44594 și este clasificat ca fiind o stea de nivel 6,6. Temperatura, vârsta și gravitația sa sunt măsurate cu ajutorul unui spectru asemănător cu cel al Soarelui, doar că cantitatea de elemente grele din el este puțin mai mare. Toate acestea sugerează că procesul de la originea universului este similar. Punctul de vedere modern este în concordanță cu ipoteza nebuloasei lui Kant, realizată în secolul al XVIII-lea, care prezintă sistemul solar ca provenind dintr-o nebuloasă. *Cartea Schimbărilor* a subliniat acum trei mii de ani că universul provine din Chaos Qi al Marelui Terminus și din YinYun Qi al cerului și al pământului. Așa cum se spune în *Marele Tratat despre Yi:* "În sistemul Schimbărilor, există Marele Terminus, care a produs cele două forme elementare .... ". "Când existau cerul și pământul, atunci s-au produs toate lucrurile" (din *Secvența ordonată a Hexagramei*). "Există o întrepătrundere a influențelor geniale ale cerului și pământului, iar transformarea în diferitele sale forme se produce din abundență". Din cauza nivelului limitat al științei și tehnologiei din acea vreme, *Cartea Schimbărilor* nu putea prezenta decât opinia Haosului, dar recunoștea că totul provine din mișcarea proprie a materiei. A nega orice voință exterioară în formarea totului în univers era, fără îndoială, un punct de vedere al materialismului istoric și al gloriei.

Ideea că universul a apărut din nimic este acum acceptată treptat. Cu 15 miliarde de ani în urmă, chiar înainte de marele gol, exista energie în el. Energia sa totală era suma energiei gravitaționale și a energiei negravitaționale. Prima era negativă, în timp ce a doua era pozitivă. În general, aceste două tipuri de energie se compensau reciproc, energia totală rămânând nulă. În anumite circumstanțe, polarizarea vidului putea separa energia gravitațională și energia negravitațională, iar energia de manifestare apărea. Marea explozie din univers a fost poate separarea celor două tipuri de energie. Așa-numita creștere bruscă și neașteptată din perioada primitivă a universului a fost un proces care a lăsat să iasă toată energia non-gravitațională datorită interschimbării. Procesul menționat mai sus, care arată că universul a apărut din nimic, a fost destul de asemănător cu "Wuji (infinitul) produs de Marele Terminus (Taiji)" din *Cartea Schimbărilor* și "Dao a apărut din nimic (wu) de Laozi". Așadar, în discuțiile academice privind originea universului, care au avut loc la Universitatea Cambridge din Marea Britanie în 1982, s-a menționat că "posibilitatea ca universul să provină din nimic" este foarte interesantă. Se vor face mai multe cercetări pe această temă (*Răsăritul brusc și neașteptat al Universului* din Science, al zecelea număr, 1984. Publicată de Agenția de Informații a Chinei, filiala Chong Qing, tradusă de Liu Ruliang de la Observatorul Zijinshan din Nanjing).

Gândurile chinezești "Wu Ji produs de Marele Terminus" și "Totul provine din nimic", expuse pentru prima dată acum 3.000 de ani, se conformează în mod minunat cu cele mai recente gânduri despre apariția cosmosului.

Universul este nesfârșit și atemporal. Astronomia chineză antică a fost foarte înfloritoare. De exemplu, *Tai Shi Tian Yuan Ce* din *Canonul de medicină al împăratului* s-a ocupat și de mișcarea corpurilor cerești care au produs totul, adică: cerul nemărginit este fundamentul și originea a tot ceea ce există și a dezvoltării sale. În univers sunt răspândite cinci elemente, care răspândesc Qi-ul vital al cerului și al pământului, astfel încât totul ia naștere și se obține. Cinci stele strălucesc pe cer. Soarele, Luna și cele cinci stele menționate mai sus se mișcă după anumite reguli, iar totul are schimbări constante de Yin și Yang. De aici se formează diferite calități de moliciune și forță. Iar întunericul, ca și evidența, apare în anumite locuri și în ordine. Căldura și frigul apar și dispar pe rând, odată cu schimbarea anotimpurilor. Totul în univers apare și se dezvoltă astfel". În *Wu Yun Xing Da Hunt Plain Questions*, relația dintre mișcarea corpurilor cerești și orice lucru a fost clar subliniată ca o relație între rădăcină, trunchi, ramuri și frunze. În ceea ce privește funcția cerului și a pământului, cerul arată soarele, Luna și douăzeci și opt de constelații, în timp ce pământul formează substanțe de diferite structuri. Soarele, Luna și cele cinci stele se învârt pe cer, în timp ce cele cinci elemente sunt atașate de pământ. Așadar, pământul poartă substanța diferitelor structuri, în timp ce cerul răspândește configurațiile stelelor care capătă Qi vital din cer. Relația dintre mișcarea substanțelor de pe pământ și Qi vital al cerului este similară cu cea dintre rădăcină și frunze. Toate acestea indică faptul că gândirea astronomică din China antică era materialistă și avansată.

În timpurile moderne, sfera de cuprindere umană a universului a fost lărgită mult dincolo de

sistemul solar. În secolul al XVI-lea, teoria centrată pe Soare a lui Copernic a postulat că universul are dimensiuni la fel de mari ca și sistemul solar. De fapt, predecesorul sistemului solar de acum cincisprezece miliarde de ani era doar un nor de praf - un nor nebulos.

Odată cu dezvoltarea științei, sfera de cuprindere a omului în astronomie a fost extinsă la sistemul Căii Lactee și la nebuloasele extragalactice. Sistemul Căii Lactee este o centură stelară rotativă formată din o sută de miliarde de stele, diametrul său fiind de zece mii de ani-lumină (un an-lumină este distanța pe care lumina o parcurge într-un an). Acum, domeniul de aplicare astronomică la univers a fost extins la spațiul vast măsurat prin "zece miliarde de ani-lumină", partea cea mai îndepărtată de Pământ fiind la cincisprezece miliarde de ani-lumină, putând fi observate miliarde de obiecte interstelare.

Cât de mare este universul? Are granițe? Și câte universuri există? Nimeni nu știe. Dar derivarea fiecărei galaxii urmează în mod necesar o lege generală - care provine din mișcarea proprie a materiei.

Ca să rezumăm din apariția vieții în microcosmos și a universului în macrocosmos, putem observa că toate părțile se conformează legii derivate a Marelui Terminus - cele Opt Trigrame din *Cartea Schimbărilor*. Toate acestea dovedesc cu tărie că legea derivată a Marelui Terminus - Cele Opt Trigrame este legea generală în univers și reprezintă întruchiparea apariției tuturor lucrurilor,

(Traducere de Tian Yongying)

Capitolul 24

Cartea Schimbărilor și Sexologia

Secțiunea 1. O privire de ansamblu asupra acestui capitol

Sexologia se ocupă de manifestările fiziologice, patologice și clinice ale sexualității umane. Ca ramură a științei medicale, ea constă în sexologie fiziologică și sexologie clinică.

Studiul sexualității s-a dezvoltat destul de lent în trecut. Cartea *Human Sexual Response* (Răspunsul sexual uman) scrisă de doi cercetători americani, Masters și Johnson, a fost publicată în anii patruzeci ai acestui secol. Această carte, care a fost rodul a zeci de ani de muncă asiduă, a deschis studiul sexualității, care fusese multă vreme ținut secret. Ea a sfidat tabuul cultural de lungă durată privind discuțiile despre sexualitate. Sindromul circulației pelviene reținute, așa cum a fost prezentat de fiziologul danez Chom Vagna, este util în găsirea cauzei impotenței. El consideră că poziția inferioară a bărbatului, sau poziția laterală, poate regla circulația sângelui și face ca impotența să fie mai puțin gravă. Vagna a constatat, de asemenea, că există un sistem vascular legat între sistemul arterial și cel venos din penis. Acest sistem legat se va închide la stimularea sexuală, ceea ce permite penisului să devină erect (*The Third Milestone on Sex Research* de Ma Xianian. Science Vision, 1989, China).

La sfârșitul secolului al XX-lea, studiul sexualității se dezvoltă în întreaga lume. S-au înregistrat unele realizări. Mai mult, odată cu progresul în psihologia, fiziologia, patologia și sociologia sexuală, sexologia își va arăta importanța tot mai mare în protejarea sănătății umane și în menținerea ordinii în familie și în societate.

Secțiunea 2. Originea sexologiei în China

Sexologia în China poate fi urmărită încă din cele mai vechi timpuri. Poporul antic recunoștea că înmulțirea umană depindea de organele genitale. În consecință, cultul falic a fost cea mai veche cultură sexuală din China. De exemplu, o sculptură în piatră găsită în Xinjiang era un simbol al cultului falic (People's Daily, 16 martie 1983)

Scrierile despre sexologie în China au apărut pentru prima dată în *Cartea Schimbărilor*, care a fost scrisă în perioada Yin-Zhou acum trei mii de ani. Guo Moruo, un faimos savant, a considerat

trigrama Yin (--) și trigrama Yang (-) din *Cartea Schimbărilor* ca fiind posibile simboluri ale organelor genitale umane. Un alt savant chinez, Wen Yiduo, consideră că cele Opt Trigrame trebuie să descrie procesul de relații sexuale umane. De exemplu, *Groapa Periculoasă* ䷜ simbolizează un raport sexual tipic, în timp ce alte trigrame simbolizează alte tipuri de activitate sexuală.

Cele Opt Trigrame au o origine vastă. Ele reprezintă generalizarea cuprinzătoare a tuturor mișcărilor Yin și Yang din univers. Ele sunt strâns legate de astronomie [cadranul solar, mișcarea soarelui (-) și a Lunii (- -)], geografie (pământ (-) și ocean (--) , cultul falic [bărbatul (-) și femeia (- -)]. Cultul falic antic a influențat în special originea celor Opt Trigrame.

Cartea Schimbărilor nu pune sexologia sub tabu. Ea are relatări despre realizarea sexului. Xian (Influența) face o relatare detaliată a preludiului sexual de la picioare până la gură. Aceasta sună astfel: "Prima linie, împărțită, arată pe cineva mișcându-și degetele mari de la picioare; a doua linie, împărțită, arată pe cineva mișcându-și sculpturile piciorului; a treia linie, nedespărțită, arată pe cineva mișcându-și coapsele; a patra linie, nedespărțită, arată acea corectitudine fermă care va duce la noroc și va preveni orice prilej de pocăință. Dacă un subiect este nehotărât în mișcarea sa (numai) prietenii săi îi vor urma scopul. A cincea linie, nedespărțită, arată o mișcare a cărnii de-a lungul coloanei vertebrale, deasupra inimii. Nu va exista niciun prilej de pocăință. A șasea linie, divizată, arată pe cineva care își mișcă fălcile și limba". Prin urmare, cea mai veche cultură chineză avea discuții despre sexualitate cu câteva mii de ani în urmă. În plus, *Cartea Schimbărilor* acordă o mare atenție semnificației sexualității în multiplicarea umană. *Marele Tratat despre Yi* spune: "Există o intercomunicare a seminței între bărbat și femeie, iar transformarea în tipurile sale vii are loc. Qian și Kun se unesc în funcție de calitățile lor, și are loc întruchiparea rezultatului de către cei puternici și cei slabi (linii)". "Din existența bărbatului și a femeii, au apărut apoi soțul și soția. Din soț și soție au apărut tatăl și fiul. Din tată și fiu au apărut conducătorul și ministrul. Un alt capitol din *Secvența ordonată a Hexagramei* subliniază importanța relației maritale în societate. Se spune: "Regula pentru relația dintre soț și soție este ca aceasta să fie de lungă durată. De aceea, Xian este urmat de Heng, Heng denotă durată lungă". Teoria descreșterii-creșterii din *Cartea Schimbărilor* are o influență puternică asupra sexologiei MTC (pentru detalii, vezi secțiunea 3 din acest capitol) . Unii cercetători cred că *Zhou Yi Can Tong Qi* povestește despre tehnicile sexuale, precum și despre abilitățile de a face *pilula nemuririi*. Acest lucru se datorează faptului că în carte se aplică principiul fabricării pilulelor la Qigong în domeniul sexualității. Ea include gradele de acțiune, arta de a-și direcționa forța, creșterea Yang Qi și scăderea Yin Qi (*Holland, R. H. Via Gulik, Study of Ancient Chinese Sexuality*).

În 1899, au fost dezgropate câteva inscripții din os și scoici din ruinele Yin din satul Xiaotun, provincia Henan. Aceste caractere pictografice reflectă cultura dinastiilor Shang și West-Zhou și spun ceva despre sexualitate. Prin urmare, cultura sexuală din acea perioadă își găsise deja expresia în caractere. De exemplu,

(femeia) și

(sânii) sunt pictograme ale unui sân plinuț.

(sarcina) este o pictogramă a unui mamelon mare și a unui abdomen.

Canonul de medicină al împăratului, care a fost scris acum mai bine de două mii de ani, menționează, de asemenea, semnificația sexualității umane. În capitolul *Pivotul spiritual: Despre Qi*, există cuvinte precum: "Două spirite se unesc și se transformă pentru a crea un corp. Acest lucru este esențial". *Canonul de medicină al împăratului* discută, de asemenea, amănunțit despre dezvoltarea fiziologică a caracterelor sexuale primare umane (ovarul, menstruația și sperma).

Întrebări simple: Despre Adevărul Antic spune: "În ceea ce privește femeia, hormonii stimulatori ai gonadelor ovariene se formează la vârsta de paisprezece ani. Canalul Ren se deschide, canalul Taichong intră în plină activitate; vine menstruația și, prin urmare, este posibilă nașterea de

copii. La vârsta de patruzeci și nouă de ani, canalul Ren scade, hormonii sexuali scad și canalele se închid. Prin urmare, ea se va ofili și va fi incapabilă să aibă copii. În ceea ce privește bărbatul, Qi-ul rinichiului este cel mai puternic la vârsta de șaisprezece ani, vin hormonii sexuali și energia vitală se revarsă. Dacă un bărbat se căsătorește în această perioadă, el va fi capabil de fertilitate. La vârsta de cincizeci și șase de ani, Qi-ul ficatului scade, tendoanele nu mai sunt elastice, hormonii sexuali scad și energia vitală devine mai puțină. Prin urmare, fertilitatea este imposibilă".

Întrebări simple: Adevărul din Camera de Aur acordă o mare atenție conservării spermei. Se spune: "Sperma este esența vitală a corpului uman". De asemenea, se discută despre relația dintre rinichi, spermă și măduva cerebrală. Discuția pune bazele teoretice pentru tehnicile ulterioare de întoarcere a spermei pentru in-vigorarea creierului. Se spune: "Sperma își găsește originea în rinichi" (*Pivot Spiritual: Despre spirit).* "Măduva osoasă își are originea în rinichi" (*Pivot Spiritual: despre Impotență*). "Creierul este sursa măduvei" (*Pivot Spiritual: Despre sursă*). "Sperma se formează după ce omul se naște; sperma măduvii creierului se formează după spermă" (*Pivot spiritual: Pe canale și nave*). Prin urmare, *Canonul de medicină al împăratului* subliniază relația dintre rinichi, spermă și măduva cerebrală. În plus, această carte avansează ideea că "ficatul este însărcinat cu dragarea și epurarea deșeurilor", ceea ce oferă o bază teoretică pentru cauza patologică și fiziologică a impotenței, precum și pentru tratamentul acesteia. Între timp, *Canonul de medicină al împăratului* notează relația dintre hiperafrozie și senilitate. *Întrebări simple: despre Adevărul antic* spune: "Poporul antic cunoștea principiile vieții și a învățat din teoria Yin și Yang. Ei acordau atenție tehnicilor sexuale. Prin urmare, ei își păstrau atât corpul, cât și spiritul în stare bună. De obicei, ei trăiau o sută de ani. În zilele noastre, oamenii sunt cu totul altfel. Ei beau în exces și iau viața lejeră ca pe un dat. Ei fac sex după ce se îmbată și își consumă energia vitală. Ei nu știu cum să-și păstreze sperma și cum să-și controleze spiritul. Ei vor doar să se complacă în veselie. Nu e de mirare că devin hămesiți la cincizeci de ani - ei contrazic principiile vieții". Accentul pus pe tehnicile sexuale include șapte scăderi, opt creșteri și returnarea spermei pentru revigorarea creierului.

În practica îndelungată a MTC, au fost adunate o mulțime de experiențe și terapii pentru tratarea tulburărilor sexuale, cum ar fi impotența. În special, elementul spiritual este subliniat în tratarea impotenței și a ejaculării premature. În ultimul timp, *andriotria* s-a dezvoltat rapid atât în medicina westică cât și în MTC, și a jucat un rol activ în impulsionarea sexologiei MTC.

Dezvoltarea sexologiei datorează, de asemenea, foarte mult religiei. Maeștri confucianiști precum Confucius și Menfucius nu au evitat sexualitatea. Ei au subliniat că sexualitatea este natura umană și că este la fel de importantă ca și hrana. Gaozi a spus: "Mâncarea și sexualitatea sunt natura umană". În plus, grupul confucianist a pus foarte mult accentul pe etică și morală, care joacă un rol important în orientarea moralității sexuale chineze pe calea cea bună.

Maestrul grupului taoist era Pengzu. El a trăit până la opt sute de ani, conform legendei, și era expert în tehnici sexuale - returnarea spermei pentru revigorarea creierului este una dintre multele învățături taoiste. *Prescrieri valoroase* spune: "Pengzu a spus: " ... o persoană la vârsta de patruzeci de ani trebuie să înțeleagă tehnicile sexuale. Aceste tehnici sunt destul de ușoare; cu toate acestea, oamenii sunt încă incapabili să le învețe. Ei iau poțiuni de dragoste chiar sub vârsta de patruzeci de ani, ceea ce va invita la consecințe dezastruoase la scurt timp după aceea. Fiți atenți. " (*Volumul 27, Nourishing Spirits*).

Cele *Zece Întrebări* excavate din Ruinele Ma Wang Dui Han păstrează, de asemenea, citate din teoria lui Pengzu despre protecția energetică. Se spune: "Viața umană este strâns legată de protecția energiei vitale. Procedurile detaliate sunt următoarele: expirați și inspirați mai întâi, apoi lăsați brațele în jos și sprijiniți-le pe abdomen; adunați Qi Yang și Yin în organele genitale". Acest lucru arată că Pengzu a acordat o mare atenție cultivării sexuale. În special, tehnica sa specială îi ajută pe oameni să se mențină sănătoși în sexualitate.

Budiștii se abțin cu tărie de la sexualitate. Sexualitatea este absolut interzisă pentru călugări. Cu toate acestea, unele ramuri ale hinduismului sunt exact invers. Unele secte budiste secrete consideră chiar cultivarea sexuală ca fiind necesară pe calea transformării budiste. Acest lucru este inseparabil de cultul timpuriu al sexualității în hinduism. În prezent, în unele temple budiste, cum ar

fi Palatul Yonghe din Beijing, există încă unii idoli budiști sculptați de sex feminin și masculin în copulație. În concluzie, religia și-a jucat rolul în dezvoltarea sexologiei.

Secțiunea 3. Teoria descreșterii-creșterii în *Cartea schimbărilor* și sexologia

Cartea Schimbărilor avansează mai întâi teoria descreșterii și a creșterii, având discuții amănunțite asupra acestui aspect pe care Zhuan in *Sun* (descreștere) *Trigram of Yi* spune: "Diminuarea și creșterea, revărsarea și goliciunea, acestea au loc în armonie cu condițiile timpului; există un moment în care cei puternici trebuie să fie diminuați și cei slabi trebuie să fie întăriți".

Acesta expune principiile și timpul teoriei descreșterii-creșterii. *Tratatul despre Hexagrame* luate în mod promiscuu, în funcție de opoziția sau diversitatea semnificației lor spune: "În Soare și Yi se vede cum începe plenitudinea și decăderea cursului lor". *Marele Tratat despre Yi* spune: "Continuarea diminuării sfârșește prin a crește, continuarea plinătății sfârșește prin a muri". Prin urmare, teoria descreștere-creștere se bazează pe principiul revărsării-depășirii.

Canonul de Medicină al Împăratului aplică pe deplin această teorie la reglementarea, metodele terapeutice, rețetele și medicamentele din MTC. De exemplu, teoria asteniei-stheniei din MTC este o dezvoltare a acestei teorii. Metoda terapeutică principală din *Canonul de Medicină al Împăratului*: "revigorați atunci când predomină astenia, purgați atunci când predomină stenia", este, de asemenea, o aplicație excelentă.

Între timp, *Canonul de Medicină al Împăratului* aplică această teorie la tehnicile sexuale, care formează o parte specială în sexologie. *Întrebări simple: despre adevăr* are caracteristici similare și este, de asemenea, o aplicație a acestei teorii. Acest aspect a fost dovedit de cartea *Principiile Universului*, excavată din Ruinele Ma Wang Dui Han din Changsha.

Canonul de medicină al împăratului spune de asemenea: "O persoană va fi capabilă să regleze cele două extreme dacă înțelege principiul celor șapte scăderi și opt creșteri. Dacă nu înțelege, se va stinge la o vârstă fragedă". Prin urmare, arată clar că o sexualitate necorespunzătoare va duce la senilitate timpurie. De asemenea, se mai spune: "Qi-ul Yin va fi înjumătățit la vârsta de patruzeci de ani, viața începe să decadă; la cincizeci de ani, începe să ia în greutate și nu mai are un auz și o vedere ascuțite; la șaizeci de ani, devine impotent din punct de vedere sexual și suferă o pierdere puternică de Qi; cele nouă orificii sunt înfundate, apare astenia în partea inferioară a corpului și stenia în partea superioară; nu-și mai poate controla lacrimile și mucusul. Prin urmare, cei care înțeleg teoria descreșterii-creșterii vor fi puternici, cei care nu o înțeleg vor deveni senili" (*Întrebări simple: Despre simbolismul Yin Yang*). Într-un anumit sens, această teorie are o semnificație constructivă pentru sexologie.

Cartea Schimbărilor este importantă deoarece teoria descreșterii și creșterii a fost folosită pe scară largă de către MTC în cultivarea sexuală. Generațiile ulterioare au creat tehnici îndrăznețe de menținere a sănătății în domeniul sexualității sub influența acestei teorii și a Canonului de medicină al împăratului. Multe capodopere TCM au acest tip de discuție. Cartea din Dinastia Han: *Despre Literatură* spune că există opt cărți despre tehnici sexuale. De exemplu, există cele douăzeci și șase de volume ale *Doctrinelor Yin* ale lui Rong Cheng, *Principii secrete în sexualitate*, *Însemnări divine*, *Însemnări Sunu* și *Un ghid al sexualității*.

Din păcate, toate aceste cărți au căzut în uitare. Doar cărți precum *Prescripții ortodoxe*, *Prescripții valoroase*, *Prescripții eficiente, O enciclopedie de prescripții utile pentru femei și Esențialii Guangsi* au unele înregistrări, permițând astfel ca o parte din documente să fi ajuns până la istorie.

Sun Simiao, un medic din timpul dinastiei Tang, a spus lucruri similare în cartea sa *Rețete valoroase*. În opinia sa, bărbatul nu poate trăi fără femeie și viceversa. În mod obiectiv, el a adoptat o atitudine pozitivă față de sexualitatea umană. Prescripții eficiente scrisă de un japonez citează, de asemenea, cuvinte similare din cărțile medicale menționate mai sus. *Bao Pu Zi* scris de Ge Hong în timpul dinastiei Jin spune: "Tehnicile sexuale pot vindeca afecțiuni minore dacă sunt stăpânite".

Binecunoscutele fișe de bambus dezgropate din Ruinele Ma Wang Dui Han în 1973 au o analiză detaliată asupra celor șapte scăderi și opt creșteri și articole precum *Tehnici sexuale cu regim de viață* și *Principiile universului*. Toate acestea arată că teoria descreșterii-creșterii este

fundamentală pentru sexualitate.

Secțiunea 4. Aplicarea teoriei descreșterii-creșterii la sexualitatea înregistrată pe fișele de bambus excavate din ruinele Ma Wang Dui Han

În 1973, au fost descoperite câteva bucăți de bambus în mormântul nr. 3 al ruinelor Ma Wang Dui Han din Changsha. Pe ele era scris textul "*Principiile universului*". Acesta se referă în principal la șapte scăderi și opt creșteri, adică aplică această teorie sexologiei.

Se spune că ”Qi are opt creșteri și șapte descreșteri. Dacă o persoană nu se poate folosi de cele opt creșteri și se abține de la șapte descreșteri, la vârsta de patruzeci de ani îi va rămâne doar jumătate din Yin Qi, iar viața sa începe să decadă; la cincizeci de ani, se va îngrășa; la șaizeci de ani, vederea și ținuta sa nu mai sunt ascuțite și fine; la șaptezeci de ani, organele genitale externe se vor micșora și va deveni chel. În această perioadă, Yin Qi este leneș; lacrimile și mucusul său sunt incontrolabile. Cu toate acestea, există căi de întinerire. Bătrânii vor deveni puternici și nu vor mai fi senili dacă își pot stăpâni afecțiunile abținându-se de la șapte scăderi și își pot hrăni Qi-ul folosind opt creșteri". Acesta analizează cele șapte scăderi și opt creșteri ale Qi și susține că o sexualitate necorespunzătoare va duce la senilitate timpurie și prezintă aplicarea acestei teorii la tehnicile sexuale.

Cele opt creșteri se referă la tehnicile sexuale care sunt bune pentru sănătate.

Înainte de actul sexual, cuplul trebuie să-și regleze respirația, să-și întindă tendoanele pentru a obține confort și liniște. Ei pot mânca puțin, dacă este necesar, pentru a prinde putere. Bărbatul și soția ar trebui să se mângâie reciproc pentru stimularea sexuală. Când începe actul sexual, mișcarea trebuie să fie blândă și lentă. În acest moment, cuplul ar trebui să obțină relaxarea corpului cu ajutorul respirației și să ghideze Qi către partea inferioară a corpului. Mișcarea penisului nu ar trebui să fie prea frecventă, de dragul păstrării spermei. După ejaculare, cuplul ar trebui să se oprească și să se odihnească liniștit și călduros. Nu ar trebui să existe niciodată o a doua ejaculare forțată. Stăpânirea acestor tehnici este bună pentru sănătate.

Șapte scăderi se referă la moduri dăunătoare de a face sex. Următoarele moduri sunt toate contrare principiilor științifice: un act sexual involuntar; mișcarea brutală doar pentru propria plăcere; actul sexual după epuizare sau muncă grea; indulgența sexuală care poate provoca dispareunie; actul sexual după transpirație abundentă, pierderea spermei, respirație neregulată și flaciditatea penisului. Toate acestea sunt dăunătoare pentru sănătate.

Secțiunea 5. Aplicarea teoriei descreșterii-creșterii la tehnicile sexuale consemnate în cartea *Prescripții eficiente*

Această aplicație a fost discutată în detaliu în cărți precum *Principii secrete în sexualitate*, *Note divine*, *Note de la Sunu* și *Ghidul sexualității*. Unele discuții sunt citate în *Prescripții valoroase*, *Prescripții eficiente* și *Prescripții ortodoxe* și sunt importante în studierea tehnicilor sexuale. Ceea ce urmează încearcă să analizeze această aplicație.

Opt creșteri: după spusele lui Sunu, în sexualitate există șapte scăderi și opt creșteri.

Prima creștere se numește întărirea esenței vitale. Soția se întinde pe o parte și își deschide coapsele, apoi bărbatul se întinde pe o parte pentru actul sexual. El trebuie să se oprească după optsprezece împingeri ale penisului. În acest fel se întărește esența vitală a bărbatului. Având acest tip de relații sexuale de două ori pe zi, cincisprezece zile, se va vindeca și menstruația spontană abundentă.

A doua creștere se numește liniștirea Qi. Soția se întinde pe spate, cu capul sprijinit sus pe o pernă. Ea trebuie să-și întindă larg picioarele pentru ca bărbatul să îngenuncheze între coapsele ei. El ar trebui să înceteze actul sexual după douăzeci și șapte de împingeri ale penisului. În acest fel se poate regla Qi-ul. Având acest tip de relații sexuale de trei ori în fiecare zi, douăzeci de zile, se va elimina senzația de frig din organele genitale externe ale femeii.

A treia creștere se numește Li Cang. Soția se întinde pe o parte și își îndoaie coapsele, iar bărbatul se întinde orizontal pentru actul sexual. El trebuie să se oprească după treizeci și șase de împingeri ale penisului. În acest fel se poate regla Qi-ul. Având acest tip de relații sexuale de patru

ori în fiecare zi, douăzeci de zile, se va îndepărta senzația de frig de la organele genitale externe feminine.

A patra creștere se numește pentru a întări oasele. Soția se întinde pe o parte, își îndoaie genunchiul stâng și își întinde gamba dreaptă; bărbatul se apleacă peste ea pentru actul sexual. El trebuie să se oprească după patruzeci și cinci de împingeri ale penisului. Având acest tip de raporturi sexuale de cinci ori în fiecare zi, zece zile, se va vindeca amenoreea.

A cincea creștere este chemată să regleze pulsul. Soția se întinde pe o parte, își îndoaie genunchiul drept și își întinde gamba stângă. Bărbatul trebuie să stea pe pământ pentru actul sexual. El trebuie să se oprească după cincizeci și patru de împingeri ale penisului. În acest fel se va regla pulsul. Având acest tip de raport sexual de șase ori pe zi, douăzeci de zile, se va vindeca *disparenia*.

A șasea creștere se numește pentru a acumula sânge. Bărbatul stă întins pe spate, soția îngenunchează deasupra lui cu fesele ridicate sus. Ea trebuie să introducă penisul în vaginul ei cât mai adânc posibil și să se deplaseze în sus și în jos de șaizeci și trei de ori. Opriți actul sexual când numărul s-a terminat. Acest mod poate face ca unul să fie energic. Având acest tip de relații sexuale de șapte ori în fiecare zi, zece zile, se vor vindeca tulburările menstruale.

A șaptea creștere se numește pentru a beneficia de fluid. Soția se apleacă deasupra penisului cu fesele ridicate sus; bărbatul trebuie să facă șaptezeci și două de împingeri ale penisului în sus înainte de a se opri. În acest fel se poate umple măduva osoasă cu energie.

A opta creștere este următoarea: soția se întinde pe spate, își îndoaie piciorele și își sprijină fesele pe picioare; apoi bărbatul îngenunchează pentru actul sexual. El trebuie să se oprească după nouă împingeri ale penisului. Această cale poate face ca oasele cuiva să fie robuste. Având acest tip de relații sexuale de nouă ori în fiecare zi, nouă zile, se va elimina mirosul urât mirositor al organelor genitale feminine.

În concluzie, *Notele de la Sunu* citate de *Principii secrete în sexualitate* ilustrează cele șapte scăderi și opt creșteri care există în sexualitatea umană. Cele opt creșteri menționate mai sus se referă la tehnicile sexuale care sunt bune pentru sănătate și longevitate.

Șapte scăderi: Sunu spune în *Principii secrete în sexualitate*:

Prima scădere se numește epuizarea Qi. Ea se referă la simptome cum ar fi starea morbidă de stenie a focului inimii, o vedere încețoșată, lipsa de Qi și, în final, transpirația abundentă. Aceste simptome rezultă din sexualitatea forțată și involuntară.

Tratament: soția se întinde pe spate, apoi bărbatul îngenunchează și își împinge penisul adânc în vagin; soția trebuie să scuture singură penisul, iar bărbatul trebuie să fie blând în mișcările sale. Actul sexual se termină când apare o cantitate abundentă de lichid mucoid feminin. Având acest tip de raport sexual de nouă ori în fiecare zi, zece zile, vor dispărea toate simptomele de mai sus.

Cea de-a doua scădere se numește revărsarea esenței. Dacă cuplul își satisface dorințele sexuale și folosește Yin Qi și Yang Qi atunci când nu s-au unit, iar apoi face sex după ce s-a săturat și s-a îmbătat, plămânii lor vor fi afectați de tulburarea respirației și a circulației Qi. Ei vor tuși din cauza ridicării nefavorabile a Qi-ului pulmonar, se vor simți fierbinți peste tot și însetați și nu vor putea sta în picioare pentru o perioadă lungă de timp.

Tratament: soția se întinde pe spate, își îndoaie genunchii și se agață de bărbat; apoi bărbatul își împinge penisul în vagin pentru o jumătate de oră; soția trebuie să scuture singură penisul. Actul sexual se termină atunci când apare o cantitate abundentă de lichid mucoid feminin. În timpul actului sexual, bărbatul trebuie să fie blând în mișcările sale. Având acest tip de raport sexual de nouă ori pe zi, zece zile, vor dispărea toate simptomele de mai sus.

A treia scădere se numește epuizarea pulsului. Dacă există o introducere forțată a penisului când acesta nu s-a întărit, energia vitală se va epuiza în mijlocul actului sexual; sau cuplul va avea splina afectată și va suferi de indigestie, impotență sau lipsă de Qi dacă face sex după o masă copioasă.

Tratament: soția se întinde pe spate, își sprijină picioarele pe fesele bărbatului; apoi bărbatul îngenunchează în interiorul coapselor ei; soția trebuie să scuture singură penisul; bărbatul trebuie să fie blând în mișcările sale. Actul sexual se termină atunci când apare o cantitate

abundentă de lichid mucoid feminin. Având acest tip de raport sexual de nouă ori în fiecare zi, zece zile, vor dispărea toate simptomele de mai sus.

A patra diminuare se numește pierderea de Qi. Atunci când există o transpirație abundentă după o muncă grea, iar transpirația nu s-a uscat, un act sexual va duce la o senzație de arsură în buzelor și în abdomen.

Tratament : bărbatul se întinde pe spate. Apoi, soția se așează călare pe el pentru a introduce penisul în vaginul ei superficial; ea trebuie să scuture singură penisul, iar bărbatul trebuie să fie blând în mișcarea sa. Actul sexual se termină când apare un lichid mucoid feminin abundent. Având acest tip de raport sexual de nouă ori în fiecare zi, zece zile, vor dispărea toate simptomele de mai sus.

A cincea scădere se numește tulburare energetică și afectare a organelor funcționale ale cuiva. Atunci când cuplul face sex violent imediat după un scaun sau o urinare, vor apărea leziuni hepatice din cauza stării de instabilitate a organismului. Ei vor suferi de tendoane și oase lenește, ochi fără spirit, abcese, puls slab și epuizat și impotență.

Tratament: bărbatul se întinde pe spate. Apoi soția se ghemuiește în brațele lui și înaintează pentru a introduce treptat penisul în vaginul ei; soția trebuie să scuture singură penisul, iar bărbatul trebuie să fie blând în mișcarea sa. Actul sexual se termină când apare un lichid mucoid feminin abundent. Având acest tip de raport sexual de nouă ori în fiecare zi, zece zile, vor dispărea toate simptomele de mai sus.

A șasea scădere se numește comă de tip stenie. Dacă cuplul nu-și poate controla dorințele sexuale și face prea mult sex, energia vitală va fi epuizată, de unde vor apărea tot felul de afecțiuni. Se vor simți epuizați și vor avea vederea încețoșată.

Tratament: bărbatul se întinde pe spate. Apoi, soția se ghemuiește pe el și se apleacă în față pentru a introduce penisul în vaginul ei; ea trebuie să scuture singură penisul, iar bărbatul trebuie să fie blând în mișcarea sa. Actul sexual se termină când apare un lichid mucoid feminin abundent. Având acest tip de raport sexual de nouă ori în fiecare zi, zece zile, vor dispărea toate simptomele de mai sus.

A șaptea scădere se numește epuizare a sângelui. Dacă cuplul face sex în mod repetat după o muncă grea, mers rapid, transpirație puternică și dacă penetrarea penisului este prea adâncă și violentă, va exista o epuizare a sângelui și a energiei, disfuncții ale pielii, dureri de penis, umezeală în scrot și o transformare a energiei vitale în sânge.

Tratament: soția stă întinsă pe spate, cu fesele ridicate sus și coapsele întinse. Apoi, bărbatul îngenunchează și face o penetrare profundă. Soția trebuie să scuture singură penisul, iar bărbatul trebuie să fie blând în mișcarea sa. Actul sexual se încheie când apare lichidul mucoid feminin abundent. Având acest tip de relații sexuale de nouă ori în fiecare zi, zece zile, vor dispărea toate simptomele de mai sus.

Acestea sunt cele șapte tipuri de sexualitate dăunătoare.

În concluzie, articolul original se referă la ideea că o sexualitate necorespunzătoare duce la o sănătate precară și la boli. Dacă oamenii fac sex involuntar sau fac sex după ce s-au îmbătat și s-au săturat, după o muncă grea, după o transpirație puternică, după o mișcare intestinală, după urinare, după un mers rapid, după o recuperare recentă după o boală sau dacă mișcarea sexuală este prea grăbită și violentă, se pot declanșa tot felul de boli. De exemplu, cuplul poate suferi de amețeli, astm, leziuni ale esenței, febră abdominală, abcese, impotență, amenoree, sindromul depresiv al sângelui și al esenței, precum și leziuni ale ficatului, tendoanelor și oaselor.

Tratamentul general constă în adoptarea poziției comune sau a poziției laterale pentru a avea relații sexuale ușoare. În plus. Qigong-ul poate fi adoptat și în sexualitate (vezi secțiunea 6).

Secțiunea 6. Qigong-ul sexual

Qigong-ul sexual este important pentru hrănirea vieții. Cu toate acestea, din cauza unei lungi istorii de feudalism în China, sexualitatea a devenit un tabu. Ea este rareori discutată în lucrările doctorilor maeștri de Qigong. Prin urmare, multe tipuri prețioase de Qigong sexual au

căzut în uitare. Chiar și unele înregistrări supraviețuite sunt rupte din context și ambigue în ceea ce privește semnificația. Doar unele citate îndrăznețe din *Prescripții valoroase* și *Prescripții eficiente* au făcut ca o parte din Qigong-ul sexual să supraviețuiască. Această secțiune va analiza conținutul principal.

Qigong-ul sexual taoist este, de asemenea, o moștenire valoroasă. Maestrul taoist, Pengzu, care a trăit opt sute de ani, conform legendei, a fost un expert în Qigong sexual. Fondatorul taoismului chinezesc, Zhang Ling, în timpul dinastiei East-Han, a efectuat, de asemenea, cultivarea sexuală. El a pus accentul pe conservarea spermei. În cartea sa *Lao Zi Xiung Er Zhu* se spune: "Cred cu tărie că pustnicii antici au trăit mult timp pentru că au acordat o mare atenție conservării spermei; oamenii din zilele noastre mor devreme din cauza epuizării spermei". Unele canoane budiste secrete pun, de asemenea, accentul pe tehnicile sexuale. În plus, capodopera taoistă despre cultivare, *Bao Pu Zi* de Ge Hong, aprobă Qigong-ul sexual. Acesta avansează principiul întoarcerii spermei pentru revigorarea creierului. Următoarele tipuri de Qigong sexual sunt generalizate din *Prescripții ortodoxe* (un analect taoist), *Prescripții eficiente* (o carte japoneză) și câteva citate din Pengzu și *Note divine* și din *Prescripții valoroase*.

I . Întoarcerea spermei pentru revigorarea creierului

În timpul actului sexual, cuplul trebuie să țină cont de următoarele principii:

a. să facă sex fără ejaculare;
b. să introducă penisul înainte ca acesta să se întărească complet;
c. să retragă penisul când încă se mai umflă;
d. în final, să returneze sperma pentru revigorarea creierului.

Detaliile sunt următoarele: atunci când are senzația de ejaculare iminentă, bărbatul trebuie să închidă gura și să deschidă ochii instantaneu, să frâneze circulația Qi, să strângă pumnii, să strângă nasul pentru a obține Qi, să își micșoreze abdomenul, să își îndoaie coloana vertebrală, să folosească două degete de la mâna stângă pentru a apăsa punctul de acupunctură Weiyi, să facă o expirație lungă și să scrâșnească din dinți iar și iar. Dacă ejacularea este controlată, creierul va fi revigorat și bărbatul va trăi mult timp. Dacă ejacularea se desfășoară liber, spiritul bărbatului va fi afectat ("*Rețete valoroase*, volumul 27, *Cultivarea vieții*, *Bune tehnici sexuale*"). Pengzu a spus: "O persoană de patruzeci de ani trebuie să înțeleagă tehnicile sexuale. Tehnicile sunt simple dar oamenii se încăpățânează să nu le învețe. Pe scurt, principiul este de a avea relații sexuale fără ejaculare. Asta e tot". "A avea relații sexuale de mai multe ori fără ejaculare îl va vindeca pe bolnav, în timp ce a avea relații sexuale de o sută de ori fără ejaculare îl va face pe om să trăiască veșnic".

Prin urmare, Pengzu a considerat acest principiu ca fiind cel mai important. De asemenea, el a menționat: "În timp ce învață tehnici sexuale, o persoană va beneficia foarte mult dacă obține Qi cât mai mult posibil cu nasul și apoi expiră puțin. Senzația de căldură pe tot corpul arată că a obținut deja Qi". *Prescripții ortodoxe* citează din Pengzu că metoda care revine spermei pentru revigorarea creierului este de a introduce penisul înainte ca acesta să se întărească complet și de a retrage penisul când încă se umflă. Laozi spunea: "acest Qigong îl face pe om să trăiască mult și să evite moartea neașteptată". *Însemnările divine* spun: "La iminența ejaculării, bărbatul trebuie să apese cu două dintre degetele stângi pe punctul de acupunctură din spatele scrotului, să expire, să scrâșnească din dinți, să privească în sus, să deschidă ochii și să privească în diverse direcții. În acest fel, circulația Qi în partea inferioară va fi controlată, iar ejacularea este evitată. Pengzu a spus: "La o ejaculare iminentă, bărbatul trebuie să aștepte până când soția ajunge și ea la orgasm. Făcând acest lucru, el ar trebui să plaseze penisul pe colul uterin, ceea ce este ca și cum un copil ar suge la sân. Apoi ar trebui să închidă ochii, să-și ridice limba pe palatul moale, să privească în sus, să-și îndoaie coloana vertebrală, să-și strâmbe nasul, să-și lase umerii în jos, să-și închidă gura și să inspire. Ca urmare, se vor pierde doar douăzeci sau treizeci la sută din spermatozoizi. *Principii secrete în sexualitate* spune: "Cineva i-a pus o întrebare lui Pengzu: "Care va fi plăcerea dacă cuplul va face sex fără ejaculare, din moment ce ejacularea este extazul sexual?". Pengzu a răspuns: "ejacularea face să se sufere de epuizare, vedere încețoșată, tinitus, somnolență, gât uscat și oase slăbite. Prin urmare, această bucurie trecătoare va duce la o nefericire permanentă; un act sexual

fără ejaculare îl face pe om sănătos și ager cu vederea și auzul". Toate acestea sunt avertismente valoroase.

Tăblițele de bambus excavate din mormintele Han arată: "Vederea și auzul unui bărbat vor fi ascuțite și fine după un prim act sexual fără ejaculare, vocea lui va fi puternică după al doilea; dacă un bărbat continuă să facă acest lucru până la a zecea oară, va fi puternic, cu o bună circulație a sângelui, piele netedă și strălucitoare, spirit înalt, viață lungă etc.". *Principii secrete în sexualitate* spune: "În actul sexual, bărbatul ar fi bine să facă nouă împingeri superficiale ale penisului înainte de una profundă; în colectarea Qi, cuplul ar trebui să se sărute pentru a inspira ceea ce expiră partenerul, să facă nouă respirații ușoare înainte de una profundă; respirați timp de nouă runde și numărul Yang va fi completat" (*Prescripții eficiente*, volumul 28). Prin urmare, așa-numita "nouă ori de respirație superficială și o dată de respirație profundă" nu numai că satisface dorințele sexuale, dar conservă și energia vitală pentru hrănirea corpului.

Întoarcerea spermei pentru revigorarea creierului este semnificativă. MTC susține că atât sperma, cât și măduva provin din rinichi. *Canonul de Medicină al Împăratului* spune: "Sperma locuiește în rinichi, măduva osoasă provine din rinichi; toate tipurile de măduvă aparțin creierului". Aceasta sugerează că esența rinichilor este strâns legată de măduva creierului. Prin urmare, conservarea spermei va fi bună pentru creier. Bineînțeles, revărsarea spermei este un fenomen natural și fiziologic. *Principiul Universului* excavat din Ruinele Ma Wang Dui Han face observații similare. Cu toate acestea, o ejaculare forțată ar trebui evitată atunci când nu există suficientă spermă; iar sperma ar trebui să fie returnată pentru revigorarea creierului pentru a evita posibilele leziuni ale corpului. Acesta este motivul pentru care medicii antici au subliniat în repetate rânduri că cuplul poate face sex atunci când sperma se revarsă, ceea ce evită leziunile renale și cerebrale.

Întoarcerea spermei pentru revigorarea creierului poate fi legată de *epididimide*. Potrivit unor documente moderne, *epididimidele* sunt capabile să absoarbă spermatozoizii returnați și lichidul seminal atunci când canalul spermatic este sub ligatură. În momentul orgasmului, lichidul seminal nu poate fi returnat în vezica urinară decât dacă este apăsat punctul de acupunctură Huiyin. Acest lucru se datorează faptului că lichidul seminal a ajuns la uretră dinspre canalul spermatic. În acest caz, sperma ar trebui să fie returnată și absorbită înainte de orgasm, adică, înainte de a ajunge la canalul spermatic. Mai mult, *epididimidele* ar trebui să fie locul posibil pentru această întoarcere, deoarece *epididimidele* pot face să se maturizeze spermatozoizii din testicule, apoi să îi stocheze și să secrete lichidul seminal.

Această întoarcere are ca scop principal să aibă loc un raport sexual fără spermatozoizi suficienți. *Principiul Universului* spune: "Sperma trebuie să fie întărită atunci când este insuficientă". *Canonul de Medicină al Împăratului* spune: "Oamenii care își satisfac doar dorințele sexuale și acționează împotriva principiului conservării spermei se vor ofili la 50 de ani". În consecință, această revenire ar trebui înțeleasă din unghiul de control al dorințelor sexuale ale cuiva. Nu este sănătos și rezonabil să ai relații sexuale de mai multe ori fără o singură ejaculare, deoarece cuplul își va consuma energia vitală chiar și în astfel de relații. În afară de aceasta, va fi consumat și Qi-ul rinichilor, deoarece atât testiculele, cât și *epididimiile* vor accelera producția de spermatozoizi și de lichid seminal în condițiile unei stimulări sexuale. Este imposibil să devii puternic după relații sexuale repetate, deoarece consumul de spermatozoizi poate fi declanșat de simple fantezii sexuale, ca să nu mai vorbim de actul sexual propriu-zis.

II. Qigong pentru orientarea sexualității

Practicarea Qigong-ului în timpul actului sexual îi menține pe oameni sănătoși și fără boli. Qigong-ul sexual constă în a bea saliva celuilalt, în inhalarea și exhalarea Qi și în meditație.

Însemnări divine spune: "De dragul longevității, cuplul ar trebui să facă preludiu sexual. În primul rând, ar fi bine să bea saliva celuilalt pentru stimulare și ar trebui să se țină de mâna stângă și să genereze idei meditative din ***dantian*** (un loc aflat la trei cun* sub buric). Din aceste idei, o formă roșiatică de energie care este galbenă în interior se va ridica și se va transforma în Yin și Yang.

Apoi, aceste două părți de energie vor zăbovi peste ***dantian***, vor curge în ***nihuan*** (un sit trei cun* sub acupunctul *baihui*) și se vor contopi în una singură. În acest moment, circulația Qi trebuie

să fie închisă, iar penetrarea penisului trebuie să fie profundă și liniștită. Cuplul trebuie să înghită Qi încet. Bărbatul trebuie să-și retragă rapid penisul la iminența ejaculării". Cartea mai spune: "De dragul nemuririi, bărbatul trebuie să își împingă penisul adânc în vagin, mișcarea penisului trebuie să fie lentă după ce testiculele devin roșiatice și ajung la dimensiunea unui ou. Retragerea penisului trebuie să fie rapidă la iminenta ejaculare. Oamenii vor trăi până la două sute de ani dacă există doar o singură ejaculare în fiecare lună". Un ghid al sexualității citate din Pengzu: "A bea saliva celuilalt în timpul actului sexual dă senzația de a fi luat un decoct și înlătură setea.

Cum să unești Yin și Yang, excavat din ruinele Ma Wang Dui Han, descrie Qigong-ul sexual în felul următor: "Înainte de actul sexual, cuplul ar trebui să se țină de mână și să inhaleze aer proaspăt; să ghideze fluxul de Qi în sus, spre coate, subsuori, umeri, gât și față; apoi să ghideze Qi în jos, spre sâni, ***dantian*** și părțile inferioare ale corpului; după aceea, ar trebui să ghideze Qi-ul în sus încă o dată și să unească Qi-ul ambelor părți, privindu-se în ochi. În acest fel, oamenii vor uita de existența lor individuală și vor deveni armonizați cu universul".

De asemenea, Qigong-ul sexual îi face pe oameni să aibă un auz și o vedere ascuțite. Wu Zidu a spus. "La iminența ejaculării, bărbatul trebuie să privească în sus, să închidă circulația Qi, să respire adânc, să privească în stânga și în dreapta, să-și micșoreze burta, să întoarcă sperma și să lase energia vitală să se întoarcă în canalele sale. Această cale aduce o vedere ascuțită". *Notele divine* spun: "În pragul ejaculării, bărbatul trebuie să inspire Qi, să strângă din dinți, să închidă circulația Qi, să-și umple urechile cu un sunet de zgomot, să-și micșoreze burta și să unească fluxul de Qi. Procedând astfel, el va avea un auz ascuțit chiar și la o vârstă înaintată.

III. Qigong pentru a aduna Yin și Yang în actul sexual

Acest tip de Qigong sexual este bun pentru revigorarea corpului. *Rețete valoroase* citează aceste detalii din Pengzu: "În actul sexual, bărbatul trebuie să-și plaseze în liniște penisul adânc în vagin. Mult timp mai târziu, Qi se va ridica și el va simți căldură la față, atunci bărbatul trebuie să înghită Qi-ul de la soție în timp ce mișcă penisul în sus și în jos încet. Cuplul ar trebui să își oprească actul sexual în pragul ejaculării. Ei ar trebui să își încetinească respirația, să închidă ochii și să se întindă pe spate. În acest fel,, vor deveni mai puternici". De asemenea, se menționează: "În timpul actului sexual, ar trebui să inhaleze Qi cât mai mult posibil prin nas și să expire Qi puțin pe gură. Sexualitatea involuntară este improprie, deoarece Qi nu a fost activat, iar Yang Qi este mai degrabă leneș. Cuplul ar trebui să facă preludiu sexual pentru armonie spirituală". De asemenea, se subliniază: "Ar trebui să existe o singură ejaculare pentru mai multe relații sexuale, deoarece în acest fel se împiedică ca producerea de spermă să dăuneze sănătății. Dimpotrivă, dacă fiecare act sexual este urmat de ejaculare, sănătatea va fi definitiv afectată din cauza consumului continuu de energie vitală în producția de spermă".

Secțiunea 7. Bionica în sexualitate

Bionica sexuală imită modalitățile de copulație ale animalelor pentru a spori dragostea sexuală. *Sunu Notes*, citat în "*Prescripții eficiente*", descrie următoarele moduri de copulație animală care pot fi imitate în sexualitatea umană.

Calea dragonului: este poziția superioară a masculului. Soția stă întinsă pe spate, iar bărbatul se apleacă peste ea; apoi soția trebuie să-și miște corpul în sus pentru a introduce penisul în vagin. Această cale este potrivită pentru o femeie cu un fizic slab. De asemenea, îi permite bărbatului să își elibereze la maximum Yang Qi.

Calea tigrului: soția se apleacă în genunchi în față, iar bărbatul își împinge penisul adânc în vagin din spate. Această cale este potrivită pentru un bărbat cu un fizic bun și îi permite să elibereze la maximum Yang Qi.

Calea maimuței: în timp ce face sex, soția trebuie să se învârtă în jurul penisului cu fesele ridicate sus. Acest mod permite atât bărbatului, cât și soției să elibereze la maximum Yang Qi-ul lor. Este utilizabilă dacă amândoi au o circulație puternică a Qi-ului.

Calea cicadei: soția se apleacă în față pe genunchi, își întinde partea superioară a corpului și își ridică fesele sus; apoi bărbatul se apleacă peste ea pentru o penetrare profundă și liniștită a

penisului. Nu trebuie să existe împingeri ale penisului. Acest lucru se potrivește unui bărbat cu Qi insuficient și unei femei al cărei Qi este destul de puternic.

Calea broaștei țestoase: soția așezată pe spate, cu genunchii îndoiți și ridicați sus, ceea ce permite o penetrare peniană profundă. Se potrivește unui bărbat cu Qi puternic.

Calea phoenixului: soția stă întinsă pe spate, cu picioarele ridicate. Acest mod permite o penetrare profundă a penisului și se potrivește unei femei cu Qi puternic.

Calea iepurelui: atât bărbatul, cât și soția se întind pe spate, soția aflându-se deasupra pentru a introduce penisul în vagin. Această modalitate este potrivită pentru un bărbat cu Qi puternic.

Calea peștelui: este poziția superioară a femeii. Se potrivește unui bărbat cu Qi insuficient. În plus, fiecare parte poate lua o poziție laterală pentru actul sexual, ceea ce se potrivește unui cuplu al cărui Qi este insuficient.

Calea cocorului: bărbatul ia o poziție așezată, iar soția ia o poziție în picioare. Această cale se potrivește unui bărbat cu Qi insuficient. De altfel, postura femeii depinde și ea de faptul dacă Qi-ul ei este suficient sau nu.

Bionica nu numai că variază pozițiile sexuale, dar aduce sănătate și persoanelor cu boli. De exemplu, calea cicadei este cea mai bună pentru un bărbat care are probleme cardiace sau pulmonare; calea peștelui se potrivește unui bărbat care suferă de impotență ușoară, deoarece reduce sindromul de reținere a circulației pelviene, deschide circulația sângelui și previne apariția impotenței. În plus, culcatul pe partea dreaptă este bun pentru o femeie cu afecțiuni pulmonare sau cardiace; calea cocorului se potrivește unui bărbat cu afecțiuni coronariene.

Dong Xuan Zi are, de asemenea, discuții similare despre bionica sexuală: "În actul sexual, bărbatul ar trebui să-și împingă penisul încoace și încolo ca un general galant pe câmpul de luptă, sau în sus și în jos ca un cal sălbatic sărind peste un pârâu, și ca o pânză uriașă suflată de un vânt puternic; sau văzut și nevăzut ca pescărușii care se joacă peste valuri; sau adânc și superficial ca păsările care ciugulesc boabe și ca pietrele aruncate în mare; sau lent ca un șarpe înghețat care se târăște în peșteră; sau rapid ca un șoarece speriat care se năpustește în gaură. Omul poate, de asemenea, să privească în sus și să-și îndoaie picioarele ca un vultur care prinde un iepure. Toate acestea sunt imitații ale copulației animalelor.

Cum să unim Yin și Yang, excavat din mormântul nr. 3 al ruinelor Ma Wang Dui Han din Changsha în 1973. spune. "Pozițiile sexuale ar trebui să fie ca și cum un tigru hoinărește, o cicadă se apleacă; un vierme de un centimetru se târăște; un cerb de râu înghite; o lăcustă își întinde aripile; o maimuță apucă lucruri; o broască sare; un iepure se grăbește; o libelulă alunecă și un pește mușcă din momeală".

Secțiunea 8. Periodicitatea sexuală

Periodicitatea teoriei descreșterii și creșterii se regăsește în perioada menstruală feminină și în perioada spermatică masculină. Prin urmare, teoria descreștere-creștere este semnificativă pentru periodicitatea sexuală. În principiu, a avea relații sexuale indiferent de perioada fiziologică este o scădere, iar a avea relații sexuale în funcție de perioada fiziologică este o creștere. Perioada sexuală masculină este mai scurtă decât cea feminină. În medie, trei sau cinci zile formează o perioadă spermatică masculină, în afară de mari diferențe individuale. De fapt, conform fenomenului conform căruia sperma se revarsă doar atunci când devine plină, pot exista doar una sau două perioade spermatice lunare pentru un adult. În plus, viața maritală scurtează artificial perioada spermatică, ceea ce afectează puternic sănătatea fiecăruia. Cel mai bine este ca un bărbat să aibă doar două sau patru perioade spermatice lunare.

Perioada sexuală feminină se bazează pe perioada menstruală. Libidoul unei femei atinge punctul culminant în șapte sau paisprezece zile după menstruație. În această perioadă, estrogenul din sânge are cea mai mare concentrație; acreala mucoidă din uter este *secretagogă*, iar colul uterin are o temperatură mai ridicată. Aceasta este o perioadă de abundență de Yin. Dacă cuplul are relații sexuale în acest moment potrivit, soția va dezvolta dorințe sexuale voluntare și va obține suficient Yang Qi; între timp, bărbatul va obține suficient Yin Qi. Aceasta este o creștere. După ovulație,

estrogenul din sânge scade, iar dorințele sexuale sunt latente timp de o săptămână înainte de menstruație. În această perioadă, secreția mucoidă din uter scade, iar colul uterin este uscat și are o temperatură mai scăzută. Aceasta este o perioadă de deficit de Yin. Dacă acum cuplul întreține relații sexuale, soția le va simți ca fiind involuntare din cauza lipsei de libido; bărbatul nu va putea obține suficient Yin Qi, deoarece libidoul soției are ritmuri mareice.

Prin urmare, perioadele sexuale adecvate depind în principal de femeie. Cel mai bun moment pentru actul sexual este între cinci și cincisprezece zile după menstruație. Cuplul va beneficia împreună de acest lucru. În concluzie, sexualitatea ar trebui să se bazeze în principal pe perioada sexuală feminină, cu adaptări ale celei masculine.

În plus, momentul actului sexual depinde, de asemenea, de condițiile Yin Yang ale cuplului. În medie, cei care au un Yin Qi insuficient ar fi bine să facă sex noaptea; cei care au un Yang Qi insuficient pot face sex în timpul zilei. Bineînțeles, trebuie luate în considerare și alte perioade de timp.

Interdicții sexuale:

Popoarele antice au pus mereu accentul pe interdicțiile sexuale. Multe înregistrări interzic întreținerea de relații sexuale în zile negative (zile în care există un vânt puternic, o furtună puternică, vreme extrem de caldă sau rece, cer mohorât, eclipsă de soare, tunete și fulgere) sau în momente nefaste, sau în condiții de mediu abominabile și sănătate precară, sau atunci când cineva se simte obosit, înfometat și nefericit. *Principiile secrete în sexualitate* spune: "Există cinci interdicții:

prima este de a avea relații sexuale în momentul unei semiluni, jumătăți de lună sau a unei luni convexe. Viitorul copil trebuie să fie deformat dacă sarcina are loc în acest moment. Fiți atenți.

A doua este să ai relații sexuale atunci când universul este iritat de tunete și vânt puternic. Dacă are loc o sarcină, viitorul copil va suferi de abcese, deoarece circulația sanguină a cuplului a devenit deja haotică.

A treia este să ai relații sexuale după ce ai băut după ce ai mâncat prea mult. În acest moment, energia vitală a cuplului provenită din cereale nu este în circulație, orice sexualitate va duce fie la flatulență abdominală, fie la urină albicioasă și tulbure. Mai mult, viitorul copil va suferi de tulburări psihice dacă se produce o sarcină.

A patra este de a avea relații sexuale după urinare. Acest lucru se datorează faptului că Qi-ul din organism va deveni insuficient. Sexualitatea în acest moment va duce la un puls neuniform. În plus, viitorul copil va fi un spirit rău dacă apare sarcina.

Al cincilea este de a avea relații sexuale după epuizare și muncă grea. Sexualitatea în acest moment poate duce la dureri de spate și lumbago. Dacă se produce sarcina, viitorul copil va fi diform și va muri de tânăr.

Rețete valoroase mai spune: "Cei care fac sex ar trebui să evite timpul unei semiluni, jumătăți de lună, lună convexă, vânt puternic, ploaie puternică, ceață groasă, vreme extrem de caldă sau rece, tunete și fulgere, vreme mohorâtă, eclipsă solară sau lunară, curcubeu sau cutremur. Huang Di (Împăratul Huang) a spus: "Mânia face ca sângele-Qi al cuiva să devină haotic. Sexualitatea în astfel de condiții corporale va provoca abcese. A întreține relații sexuale cu nevoia de urinare reprimată îl face pe cineva să-și piardă culoarea feței și să sufere mari dureri de penis; a întreține relații sexuale după o plimbare lungă sau după epuizare îl face să sufere de tulburări funcționale ale energiei vitale, ale sângelui, ale tendoanelor, ale mușchilor și ale oaselor. Sarcina este mai puțin probabilă în această perioadă. În plus, sexualitatea o îmbolnăvește pe femeie dacă menstruația nu s-a încheiat (volumul 27, *Natura hrănitoare*).

Referința Doamnelor spune că "viitorul copil va fi înțelept și lipsit de boli dacă sarcina are loc într-o zi de bun augur, cu un cer senin, o lună senină, aer curat și o stare mentală liniștită".

Acest lucru sugerează că sexualitatea la momentul potrivit nu numai că face bine sănătății cuplului, ci are influențe bune și asupra generației următoare.

Secțiunea 9. Teoria descreșterii și creșterii în sexualitate

Aplicarea acestei teorii la sexualitate se referă în principal la controlul ejaculării și al mișcărilor sexuale. Conformitatea cu principiile fiziologice este considerată ca o creștere, opusul va fi considerat ca o scădere.

Controlul ejaculării are o mare influență asupra cuplului. Sexualitatea este unificarea lui Yin și Yang, timpul actului sexual trebuie să fie lung. "Lung" este o creștere, "scurt" este o scădere. Cuplul ar trebui să încerce să prelungească timpul dinaintea ejaculării, deoarece circulația Qi și a sângelui în organele genitale se desfășoară rapid în acest moment, vasele de sânge sunt, de asemenea, lărgite într-o mare măsură. Cuplul poate obține abundență de Yin Qi și Yang Qi. Procesul în care bărbatul este hrănit de Yin Qi este numit de taoiști colectarea de Yin. Colectarea suficientă de Yin va fi făcută imposibilă prin ejacularea precoce. De dragul colectării de Yin, bărbatul trebuie să introducă penisul suficient de adânc pentru a ajunge la colul uterin, astfel încât să stimuleze uterul. Ca urmare, va apărea un fluid mucoid abundent, iar colectarea Yin este posibilă, deoarece uterul este originea canalelor Ren, Chong și Du, de unde provine Yin Qi-ul feminin. Se crede întotdeauna că bărbatul suferă o pierdere în actul sexual, însă el poate beneficia și de acesta dacă există o armonie sexuală. Soția beneficiază foarte mult de pe urma actului sexual, desigur, deoarece în spermă există o mulțime de substanțe valoroase. De fapt, lichidul mucoid feminin chiar îl hrănește mai mult pe bărbat mai ales în timpul ovulației. Luați următorul raport de exemplu. Dr. Yazhong consideră că lichidul mucoid feminin provine din uter în momentul orgasmului, este ușor colorat sau transparent; pH-ul său este de 7,5 și slab alcalin; conținutul constă în proteine (0,22%), clorură de sodiu (0,35%), calciu (0,095%), fosfat anorganic (0,31%) - (*The Female Mucoid Fluid* tradus de Wu Fan, Science Vision, sept. 1988).

În plus, actul sexual nu-și poate atinge scopurile dacă ejacularea are loc în cinci minute (adică ejacularea prematură), deoarece o colectare suficientă de Yin depinde de un raport sexual prelungit.

Tratament: bărbatul trebuie să-și retragă penisul chiar înainte de orgasmul sexual, el își va reveni din asta dacă repetă această practică. Per total, cel mai bine va fi ca ejacularea să aibă loc simultan cu orgasmul din ambele părți. Numai în acest fel sexualitatea poate fi benefică, deoarece orgasmul feminin ajunge destul de lent. În tratarea ejaculării premature, funcționează și poziția superioară feminină, deoarece bărbatul se simte mai puțin nervos cu această poziție. În tratarea impotenței, bărbatul ar trebui să-și introducă penisul la punctul culminant al preludiului și să retragă penisul la scurt timp după aceea. Impotența poate fi vindecată dacă cuplul repetă această practică.

Secțiunea 9. Teoria descreșterii-creșterii în sexualitate

Principiile teoriei descreșterii și creșterii în sexualitate

Va fi o creștere dacă cuplul va avea relații sexuale în perioada de vârf a perioadei sexuale feminine, opusul va fi o scădere. Aceasta deoarece sexualitatea este unificarea lui Yin și Yang, iar Yang se bazează pe Yin. Sexualitatea nu poate fi benefică decât atunci când partea feminină i se acordă multă atenție.

Cuplul va obține mai mult Qi-ul celuilalt dacă se prelungește timpul de dinaintea ejaculării. Va fi o creștere dacă Yin și Yang se pot hrăni reciproc. Va fi o scădere dacă nu pot (pentru tratament, a se vedea pasajul de mai sus). Atunci bărbatul beneficiază de un raport sexual fără ejaculare. Un *ghid al sexualității* spune: "Un act sexual fără ejaculare dimineața și seara va vindeca tot felul de afecțiuni".

Sexualitatea involuntară este o scădere, procesul de la preludiu la excitare sexuală este o creștere. Excitația sexuală se referă la următoarele semne:

a. când fața soției devine roșie, sânii ei devin tari și nasul i se umezește, bărbatul poate introduce încet penisul în vagin;

b. atunci când soția începe să își înghită saliva, bărbatul poate scutura încet penisul;

c. când vaginul devine lubrifiat, bărbatul poate împinge încet penisul mai adânc;

d. când fesele soției se umezesc, bărbatul poate retrage penisul încet. Qi-ul reglator nu a sosit dacă penisul nu se ridică, Qi-ul muscular nu a sosit dacă penisul se ridică, dar nu se umflă, Qi-ul osos nu

a sosit dacă penisul se umflă, dar nu se întărește; Qi-ul spiritului nu a sosit dacă penisul se întărește, dar nu se simte fierbinte. Este impropriu să se întrețină relații sexuale în astfel de condiții ale penisului (*Note de Xuannu* citate de *Prescripții eficiente*, volumul 28). Guang Si Essentials mai spune: "Bărbatul are trei semne și soția are cinci semne înainte de actul sexual.

Cele trei semne ale bărbatului: umflarea și întărirea penisului semnifică sosirea Qi-ului ficatului; umflarea și fierbințeala penisului semnifică sosirea Qi-ului inimii; întărirea și erecția de lungă durată a penisului semnifică sosirea Qi-ului rinichiului.

Cele cinci semne ale soției: Qi-ul inimii va veni dacă fața ei devine roșiatică și apar niște mici pete negre deasupra sprâncenelor; Qi-ul ficatului va veni dacă ochii ei devin fermecători; Qi-ul plămânului va veni dacă nu mai vorbește și nasul i se umezește; Qi-ul splinei va veni dacă își cuibărește gâtul de gâtul bărbatului și își răsucește corpul necontrolat; în sfârșit, Qi-ul rinichiului va veni dacă vulva ei se deschide și devine lubrifiată cu lichid mucoid. Acum este un moment potrivit pentru actul sexual.

În actul sexual, mișcarea blândă și lentă este o creștere; mișcarea aspră și rapidă este o scădere. O sexualitate prea frecventă și violentă epuizează dorințele sexuale și epuizează energia vitală. *Sunu Notes* spune: "O sexualitate adecvată depinde de o penetrare superficială a penisului și de o mișcare lentă a penisului". *Principii secrete în sexualitate* spune: "Mișcările sexuale violente consumă Yin Qi-ul". *Prescripțiile de hrănire a vieții* excavate din ruinele Ma Wang Dui Han spun: "Introducerea și retragerea violentă a penisului pun în dezordine energia vitală a cuiva".

După actul sexual, dacă cineva se simte amețit, transpiră excesiv, gâfâie puternic, are o inimă care pulsează și o senzație de arsură în abdomen și chiar suferă de convulsii genitale, aceasta va fi considerată ca o scădere. Dacă cineva se simte revigorată și fericită după actul sexual, va fi o creștere. *Sunu Notes* citat în *Rețete valoroase* spune: "Sunu sfătuiește că este mai bine pentru un bărbat de douăzeci de ani dacă are o ejaculare la patru zile; un bărbat de treizeci de ani la opt zile; un bărbat de patruzeci de ani la șaisprezece zile; un bărbat de cincizeci de ani la douăzeci de zile; un bărbat de șaizeci de ani la treizeci de zile". Scriptura taoistă *Yin Notes* spune: "Indulgența sexuală este ca un topor care sparge oasele". Este un bun avertisment.

Sexualitatea după boală, oboseală, foame, mânie, băutură și furie este o scădere. Aceasta poate duce la epuizare sexuală. Tratatul despre bolile febrile exogene are discuții similare despre transformarea Yin-Yang după boala cuiva.

După actul sexual, cuplul trebuie să-și regleze respirația, să expire și să inspire ușor, apoi să adoarmă cu meditații plăcute. Este mai bine să aveți relații sexuale noaptea decât ziua, deoarece oamenii au nevoie de mult somn pentru a-și recupera energia vitală.

În concluzie, teoria Yin-Yang și teoria descreștere-creștere din *Cartea Schimbărilor* sunt semnificative pentru sexologie, în special pentru Qigong-ul sexual și periodicitate. Aplicațiile ulterioare ale teoriilor din *Cartea Schimbărilor* vor avea o influență de mare anvergură asupra dezvoltării sexologiei.

(Tradus de Shi Gengshan)

Capitolul 25

***Cartea schimbărilor* și teoria senilității**

Viața este un proces de naștere, creștere, prosperitate, senilitate și moarte. Pe termen lung, nașterea este urmată de moarte. Este posibil totuși să se întârzie senilitatea și să se prelungească viața, deși senilitatea și moartea sunt legi naturale incontrolabile. Conform teoriei creșterii și declinului între Yin și Yang din *Cartea Schimbărilor*, viața este un proces în care Yin și Yang se schimbă intermitent. Misterul motivelor pentru care viața prosperă și declină sălășluiește în teoria ceasului vieții, a cărei aplicare a făcut noi progrese în întârzierea senilității și prelungirea vieții umane.

Secțiunea 1. Teorii moderne ale senilității

Există peste trei sute de teorii ale senilității. Nașterea trebuie să fie urmată de moarte și nimeni nu o poate evita Senilitatea și moartea sunt un program fix și un proces gradual în evoluția biologică. Bineînțeles, senilitatea săltătoare are loc și din anumite motive speciale.

I . Teoria ceasului vieții

Această teorie spune că senilitatea este programată în fiecare specie de viață. Jocul vieții se referă la codul vieții care este programat în momentul fertilizării. Acesta este rezultatul evoluției biologice și nu poate fi controlat de o viață individuală. Prin urmare, o viață individuală nu poate prelungi niciodată durata de viață a speciei sale, deși poate trăi mai mult sau mai puțin. Cu alte cuvinte, animale diferite au durate de viață diferite. Persoanele care susțin această teorie cred că senilitatea începe chiar în momentul fertilizării, că senilitatea a început deja înainte de nașterea unui om. În acest caz, senilitatea și viața se desfășoară simultan. O altă opinie susține că senilitatea începe după ce dezvoltarea vieții se oprește.

Corpul uman este alcătuit din șaizeci de mii de miliarde de celule. Celula este unitatea de bază a vieții. Fenomenul că senilitatea se produce în interiorul celulelor sugerează că senilitatea este un proces de evoluție progresivă și nu se produce local. Senilitatea își are originea în cromozomii din nucleu, deci poate fi fixată de genele care poartă acest tip de informații. Pentru a dovedi că senilitatea are loc în interiorul celulelor, oamenii de știință au descoperit că celulele vor fi lipsite de senilitate dacă sunt înghețate la 200° sub zero cu azot lichid. Prin urmare, unii oameni au încercat să prelungească viața prin intermediul înghețării sau al scăderii temperaturii. În plus, un biolog a transplantat chiar nucleul unui șoarece cu viață lungă în nucleul unui șoarece cu viață scurtă. Acesta a constatat că șoarecele cu viață scurtă putea trăi mai mult. Acest lucru arată că senilitatea este probabil controlată de ceasul vieții din nucleu.

i. Teoria diviziunii celulare

În 1961, un american pe nume Hayflick a constatat, în urma unui test efectuat pe *fibroblaste diploide* din plămânii fetali umani, că limita diviziunii celulare este de cincizeci de ori, iar perioada de diviziune este de 2,4 ani. Această limită se numește limita lui Hayflick. El consideră că celulele umane suferă patruzeci de diviziuni până la vârsta adultă și aproape cincizeci de diviziuni până la vârsta de șaptezeci de ani. De asemenea, a descoperit celule prelevate de la persoane în vârstă care au avut doar douăzeci de diviziuni înainte de a muri. Acest test arată că viața umană este controlată de viteza și perioada de diviziune celulară. Unii lucrători medicali brazilieni nu au reușit să trateze senilitatea folosind celulele unui făt de oaie, deoarece nu au putut modifica limita diviziunii celulare. În acest caz, viața nucleului este programată și are un sistem propriu de control pe care omul nu îl poate înțelege.

Avem și vești bune în străinătate despre acest proiect. Un profesor de medicină de la Universitatea din Tokyo a depășit limita lui Hayflick. El a observat că celulele umane normale păreau să se dividă de numeroase ori, iar perioada de diviziune a acestora era cu șapte ani mai lungă decât limita lui Hayflick. Limita lui Hayflick nu mai este un principiu stabilit în senilitatea umană. Un profesor asociat de la Universitatea din Tokyo păstrează, de asemenea, celule de *fin* care se divizează de opt ani (*The Mystery of Human Body /Misterul corpului uman* compilat de Shen Zhang, Changhcmg Press. Beijing 1989).

Așadar, limita lui Hayflick nu este absolută și speranța longevității umane există încă.

Durata de viață umană se calculează în acest fel:

Diviziuni celulare (50) X perioada de diviziune celulară (2,5) = durata de viață a omului (120 de ani).

Kirkwood se îndoiește, de asemenea, de limita lui Hayflick. El a descoperit un tip special de celule în *fibroblastele diploide* umane care apar cu o anumită frecvență pentru a influența Limita lui Hayflick. Aceste tipuri de celule nemuritoare convertite cresc de la sine. Cu toate acestea, ele sunt distruse în mod constant de către *imunococitele* din organism. Motivul pentru care sistemul imunitar

trebuie să distrugă aceste celule rămâne un mister în prezent.

ii. Lungimea teoriei dezvoltării

Buffon, un biolog, susținea că viața unui mamifer se reduce la durata de dezvoltare. Durata vieții este de cinci sau șapte ori mai mare decât durata dezvoltării lor. Dezvoltarea umană durează douăzeci sau douăzeci și cinci de ani. Prin urmare, durata de viață a omului este de o sută sau o sută șaptezeci și cinci de ani.

iii. Teoria duratei maturității sexuale

Unii cercetători susțin că durata vieții este legată de durata maturității sexuale. Durata de viață a mamiferelor este de opt sau zece ori mai mare decât durata maturității lor sexuale. În consecință, durata de viață umană este calculată în acest fel:

Timpul maturității sexuale umane (14 - 15 ani) x (8-10) = 112-150 de ani.

iv. Teoria coeficientului de variație

Un om de știință rus a menționat această teorie în 1983. În opinia sa, coeficientul de variație al naturii este de 15,15, iar viața umană suferă o variație majoră la fiecare unsprezece ani. Prin urmare, durata vieții umane se calculează astfel:

11 ani x 15,15 = 167 ani.

Cele patru teorii au propria lor logică. Primele trei sunt destul de convingătoare. Cu toate acestea, nu există o teorie stabilită în acest domeniu.

II. Teoria genelor

Analizând familiile longevive și gemenii, oamenii au dovedit că viața este controlată de gene. În 1952. Medewer a descoperit gene de restaurare în corpul uman. Aceste gene sunt capabile să monitorizeze cromozomii. Cu toate acestea, funcția lor scade treptat pe măsură ce o persoană îmbătrânește. Hart a observat în cercetările sale că abilitatea de restaurare a celor care îmbătrânesc este cea mai scăzută. Acest lucru arată că senilitatea este strâns legată de gene.

Durata de viață este strâns legată nu numai de relația liniară (adică de consangvinitate), ci și de longevitatea maternă. În plus, longevitatea genetică este destul de vizibilă pentru primul fiu și primul nepot dintr-o familie. Acest lucru sugerează că durata de viață a unui individ este strict controlată de informațiile genetice transmise de la părinți la copii prin intermediul cromozomilor din celulele germinale umane.

De ce omul trebuie să devină senil la o anumită vârstă? De ce sunt senilitatea și moartea atât de strâns legate de genetică? Aceste întrebări îi fac pe unii cercetători să își imagineze că există pe lanțul ADN un tip special de informație genetică. Oricum, dacă această informație există sau nu rămâne încă un mister.

Walter Green, de la Institutul Barsell din Elveția, a întârziat senilitatea unui tip de muscă numit *Drosophila Melanogaster* prin răsturnarea genelor sale. În opinia sa, senilitatea este opera genelor regulatoare (rG) din sistemul de control al senilității. El a separat mai întâi genele regulatoare și a injectat o moleculă în ele. Această moleculă putea să disfuncționeze genele regulatoare la o temperatură de laborator ușor mai mare decât cea obișnuită. Apoi a transplantat aceste gene în ouăle de muscă pentru a vedea influența asupra noii generații. Puii de muscă au fost împărțiți în două grupuri. Primul grup a trăit la o temperatură normală de laborator, iar al doilea grup a trăit la o temperatură de laborator mai ridicată. Cel de-al doilea grup a trăit cu 40% mai mult decât primul grup. Motivul a fost că molecula injectată a disfuncționat genele responsabile de senilitate (*Reference News May* 29. 1990. Citat din revista franceză *Youth's Journal*).

În plus, fiecare specie are durata sa de viață. De exemplu, omul poate trăi până la o sută de ani; broasca țestoasă poate trăi câteva sute sau chiar o mie de ani; găinile trăiesc doar treizeci de ani; un câine douăzeci de ani; iar un șoarece cel mult trei ani.

Discuția de mai sus arată clar că durata de viață umană este strâns legată de genetică.

III. Teoria descompunerii proteinelor

Viața este o formă de existență a proteinelor. Viața a luat naștere din proteine. Prin urmare, senilitatea ar trebui să aibă loc tot în proteine. Cei care susțin această opinie cred că rădăcina senilității se află în citoplasmă. Cu alte cuvinte, ea se află în schimbarea proteinelor, nu în schimbarea nucleului. Unii cercetători cred că *histona* din nucleoproteine poate reține complet toată activitatea genelor și că senilitatea va apărea dacă *histona* pierde controlul asupra genelor. În perioadele normale, 90% din gene sunt reținute. Atunci când apare senilitatea în celule, *non-histona* suferă o serie de modificări și activează genele latente. În acest fel, genele intră în dezordine și viața se îndreaptă rapid spre moarte.

În 1963, Orgel a prezentat teoria dezordinii în sinteza proteinelor. În opinia sa, sinteza normală a proteinelor este imposibilă dacă vreuna dintre legăturile sale a mers prost. Erori în duplicarea și transcrierea ADN-ului, în inserția aminoacizilor în proteine sau în alte verigi vor duce la proteine anormale. Această proteină anormală va disfuncționa treptat celulele în care se acumulează. Ca urmare, senilitatea ajunge la scurt timp după aceea. Un alt om de știință, Medvedev, este de aceeași părere. El a constatat că aranjarea greșită a aminoacizilor va duce la acumularea de proteine anormale și la senilitate ulterioară. În 1970, Frolkis a observat că dezordinea din genele celulelor a împiedicat manual sinteza proteinelor și a împiedicat viața să continue. Apoi, un biolog celular de la Universitatea Rockfeller, SUA, a descoperit un tip special de proteină a senilității în celulele țesuturilor conjunctive ale omului. Senilitatea apare atunci când apare această proteină transformată.

În 1924, un savant a prezentat teoria coagulării proteinelor. În descoperirea sa, reticulația anormală în *coloidul proteic* va crește atunci când omul îmbătrânește. Această creștere va duce la rigiditatea țesuturilor, la o slabă permeabilitate celulară, la o activare scăzută a enzimelor, la pierderea elasticității celulare și, în cele din urmă, la senilitatea celulară. În 1963, Bjovksten credea că reticulația poate avea loc și în ADN-ul unui nucleu. Deteriorarea poate face ca structurile dublu-helicoidale ale ADN-ului să se unească între ele și să disfuncționeze macromoleculele. Ca urmare, se declanșează senilitatea celulară.

În 1956, Harmen a prezentat teoria radicalilor liberi. Aceste tipuri de radicali liberi activi hipooxigenați pot provoca daune membranei celulare și structurii proteice. Acest lucru se datorează faptului că radicalii liberi sunt încărcați cu electroni impari și au o energie liberă puternică și capacitatea de oxigenare. Astfel, în acest caz, bazele *peroxidice* și gruparea *hydroxyl* se formează cu ușurință și sunt susceptibile de a avea reacții de *peroxidare* cu proteinele, acidul nuclear și grăsimile. Aceste reacții pot modifica profund proteinele și pot duce la senilitate.

IV. Teoria senilității cerebrale

Persoanele care susțin această teorie consideră că senilitatea nu se produce în interiorul celulelor, ci în creier. În opinia lor, celulele creierului au cea mai mare rată de diferențiere și nu se pot regenera. Celulele cerebrale scad doar după ce cineva se naște. După vârsta de treizeci de ani, vor exista o sută de mii de decese de celule cerebrale în fiecare zi. Lucrătorii medicali au observat că transmițătorul chimic și ARN-ul sintetizat de terminațiile nervoase ale celulelor cerebrale vor scădea atunci când cineva a ajuns la o anumită vârstă, de asemenea, rata metabolismului în celulele cerebrale încetinește.

O altă opinie este următoarea: senilitatea vine devreme, deoarece creierul se dezvoltă rapid încă din stadiul fetal. În general, creierul se dezvoltă mult mai repede decât o face corpul. Greutatea creierului unui făt uman este deja la jumătate din cea a unui adult atunci când acesta are doar șase luni. De asemenea, creierul se maturizează mai repede decât corpul după naștere, iar greutatea creierului aproape că o atinge pe cea a unui adult atunci când este doar un copil. Acesta este motivul pentru care capul unui copil nu este în proporție de 1 față de corpul său. Totuși, această opinie nu este bine întemeiată, deoarece senilitatea fiziologică a creierului rareori apare mai devreme decât senilitatea corpului (senilitatea patologică a creierului este excepțională).

În 1976, Franks și Finon au descoperit un centru de control al senilității în *hipotalamencefal* și în *glanda pituitară*. *Hipotalamencefalul* este o parte importantă a SNC (sistemul nervos central). Acesta controlează sistemul endocrin prin intermediul glandei pituitare pentru a echilibra mediul interior și exterior al corpului unui om. Prin urmare, o defalcare a acestui centru de control al senilității va pune în neregulă sistemul endocrin și alte funcții fiziologice. În acest fel, are loc senilitatea. În 1980, Evevitt a sugerat că *hipotalamencefalul* este ceasul senilității omului.

Experimentând pe animale, savantul american Dencla a propus că glanda pituitară eliberează regulat un fel de hormon. El i-a numit hormoni ai morții. Hormonii împiedică celulele umane să utilizeze *parathyirinul*, ceea ce duce la o tulburare a metabolismului proteic și, în final, la senilitate. Dencla a tăiat glanda pituitară a unui șoarece și a hrănit șoarecele cu diferite tipuri de hormoni hipofizari. Atunci când hormonii morții erau secretați înainte de a fi descărcați complet din organism, viața șoricelului era prelungită.

Unii cercetători cred că grăsimea brună se poate acumula cu ușurință în celulele creierului. Jumătate din spațiul din celulele creierului a fost deja umplut cu grăsime brună în momentul în care începe senilitatea. În acest fel, metabolismul celulelor creierului este afectat și ajunge senilitatea. În opinia altor persoane, metabolismul fiziologic și chimic al celulelor cerebrale se dezactivează sau scade destul de ușor; iar scleroza poate apărea din cauza sedimentării rapide a lipidelor pe peretele cerebrovascular. Toate aceste propuneri consideră creierul ca fiind la originea senilității.

V . Alte teorii ale senilității

i. Teoria tulburărilor endocrine

Sistemul endocrin este un sistem de monitorizare important în corpul uman. Este numit și sistem neuroendocrin, deoarece este controlat de *hipotalamencefal* și de *hipofiză*. Tulburarea hipofizară afectează foarte mult senilitatea, deși nu este cauza primară a senilității. Sistemul endocrin este alcătuit din glandele hipofiză, suprarenală, tiroidă, gonade și timus, și va fi în tulburare dacă oricare dintre aceste glande suferă de hipofuncție. În consecință, reacția în lanț ar duce rapid la senilitate. De exemplu, timusul va suferi atrofie din cauza lipsei de stimulare dacă apare hipofuncția gonadelor, iar această atrofie determină rapid apariția senilității.

În plus, hormonii morții secretați de glanda hipofiză sunt, de asemenea, considerați responsabili de senilitate, deoarece pot frâna activitățile celulelor tiroidiene.

ii. Teoria imunității

Sistemul imunitar este o rețea importantă pentru apărarea organismului. O scădere a imunității puternice și o creștere a autoimunității vor duce la senilitate. Organele imunitare vor scădea pe măsură ce se îmbătrânește. Acest declin include atrofia treptată a *timusului* și degenerarea splinei și a glandei limfatice. Concret, acest lucru se referă la un declin al activării celulelor limfatice T, al numărului de celule limfatice întregi și al imuabilității fluidelor corporale. Acum s-a descoperit că o scădere a numărului de celule limfatice prevestește moartea, iar această scădere a numărului este deosebit de remarcabilă în ultimii trei ani de viață. Poate că este setat de ceasul vieții.

În 1962, Wohord a anunțat teoria autoimunității. În opinia sa, sistemul imunitar va respinge din greșeală ceea ce ar trebui să apere atunci când și-a pierdut funcția de monitorizare. Prin urmare, va urma o serie de reacții distructive. De exemplu, nu va frâna diviziunea celulară anormală. În schimb, va distruge celulele normale. Cu alte cuvinte, sistemul de apărare a devenit un sistem distructiv și rezultă senilitatea.

Acestea sunt teoriile moderne ale senilității.

Secțiunea 2. Ceasul vieții Taiji din cele opt trigrame și Cartea schimbărilor

I . Semnificația ceasului vieții Taiji al celor opt trigrame

Viața umană este un proces în care Yin și Yang se schimbă intermitent, fiind în același timp un ceas al vieții programat de Taiji al celor Opt Trigrame (vezi figura 25-1).

Din ceasul vieții Taiji, putem observa că Yang Qi începe să crească de la ora șase dimineața,

își accelerează creșterea de la ora nouă dimineața și atinge punctul culminant la ora douăsprezece la prânz. Între timp, Yin Qi începe să crească la punctul culminant Yang. Apoi, își grăbește creșterea de la ora cincisprezece, odată cu sosirea senilității și atinge punctul culminant la ora optsprezece, odată cu sosirea morții.

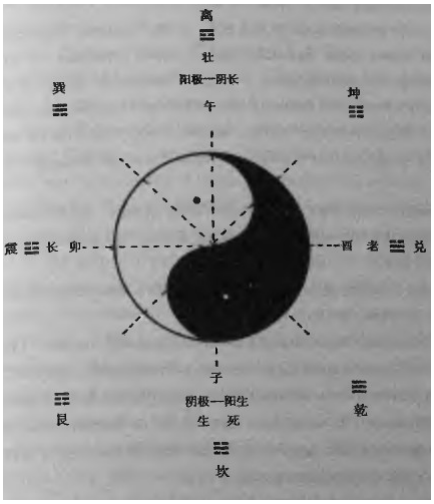


Figura 25-1. Ceasul de viață Taiji al celor Opt Trigrame

乾 Qian 兑,老,酉 Dui, senility, You (15:00p.m.) 坤 Kun
离,壮,阳极—阴长,午 Li, peosperity, Yang climax—Yin originating, Wu (12 o'clock)
巽 Xun 震,长,卯 Zhen, growth, Mao (9:00a.m.) 艮 Gen
坎,生,死,阴极—阳生,子 Kan, life, death, Yin climax—Yang originating, Zi (6:00a.m.)

Note la fig. 25.1

Conform teoriei Taiji conform căreia Yin și Yang se schimbă intermitent, senilitatea și moartea sunt inevitabile în procesul vieții. Yang Qi se ridică pentru a indica începutul vieții, apoi Yin Qi se dezvoltă după aceea. În consecință, abundența de Yin Qi duce la moarte. Yang Qi va scădea atunci când Yin Qi prosperă. La fel ca Yin Qi și Yang Qi, viața și moartea sunt unite în mod contradictoriu, iar moartea este inevitabilă ca rezultat.

Ceasul vieții Taiji subliniază faptul că nașterea și senilitatea se dezvoltă în funcție de funcția vieții Taiji, care merge de la punctul culminant Yin la inițierea Yang. Procesul de la creștere până la senilitate se desfășoară așa cum merge ceasul vieții Taiji.

Creșterea și senilitatea există, de asemenea, în univers. Exploziile cosmice creează noi corpuri cerești care continuă să sufere umflături și contracții. Termenul de "gaură neagră" se referă la un corp ceresc decadent și contractat, care va exploda într-unul nou peste zece miliarde de ani. Desigur, este nevoie de foarte mult timp pentru fiecare ciclu. Astfel se arată că senilitatea este o lege naturală și că nimic nu o poate evita.

Din moment ce totul are schimbarea Yin și Yang, senilitatea și moartea vor exista prin orice mijloace. Prin urmare, viața umană trebuie să respecte această lege naturală.

II. Semnificația Ceasului vieții Taiji al celor opt trigrame pentru antisenilitate

Există trei concepte cu privire la momentul în care începe senilitatea. Prima spune că începe imediat după momentul fertilizării, pentru că un bebeluș arată exact ca un bătrânel. Al doilea susține că începe după maturitatea sexuală, deoarece unele animale mor sau devin senile la scurt timp după copulație și depunerea ouălor. Al treilea susține că va începe atunci când se va încheia perioada de dezvoltare a omului.

Conform teoriei ceasului vieții din Taiji, conform căreia Yin Qi începe după ce Yang Qi atinge punctul culminant, senilitatea ar trebui să înceapă după punctul culminant Yang, sau după ora 12 pe harta Taiji. În ceea ce privește *Aranjamentul ulterior al regelui Wen*, senilitatea pornește de la Strălucire, care este punctul culminant Yang. Prin urmare, *Cartea Schimbărilor: Strălucirea* spune: "Soarele este în declin, acest lucru arată că și Yang Qi începe să scadă".

Viața umană este la fel ca un ceas al vieții Taiji din cele Opt Trigrame. O viață mai lungă îi ia omului mai mult timp pentru a ajunge la punctul culminant Yang. Între timp, omului îi ia mai mult timp să ajungă și la senilitate. Fiecare specie are propria durată de viață. Omul are o durată de viață lungă, de o sută sau o sută douăzeci și cinci de ani. *Canonul de medicină al împăratului* crede acest lucru. *Pivotul spiritual: Despre durata de viață a omului* spune: "La atingerea vârstei de o sută de ani, cele cinci viscere ale omului vor suferi astenie, spiritul și energia lui vor dispărea; trupul lui se va ofili. Omul va muri curând la această vârstă". Conform teoriei Taiji a celor Opt Trigrame, omul atinge punctul culminant Yang la vârsta de cincizeci de ani, dacă durata vieții sale este de o sută de ani. Senilitatea sa începe la această vârstă. Sau, omul atinge punctul culminant Yang la vârsta de patruzeci de ani, dacă durata vieții sale este de optzeci de ani. Senilitatea sa începe la această vârstă. Maturitatea sexuală se încheie la ora nouă dimineața pe ceasul vieții Taiji. Această perioadă de timp nu aparține punctului culminant Yang, prin urmare, senilitatea este imposibilă. De exemplu, o fată își atinge maturitatea sexuală la vârsta de treisprezece sau cincisprezece ani, în timp ce un băiat o atinge pe a sa la vârsta de cincisprezece sau șaptesprezece ani. Această vârstă de înflorire este lipsită de senilitate. Teoria conform căreia senilitatea începe după dezvoltarea omului are, de asemenea, puncte slabe. Aceasta deoarece senilitatea nu va apărea la vârsta de douăzeci de ani - o vârstă tânără, când perioada de dezvoltare a omului s-a încheiat. Chiar și un om cu o viață scurtă de șaizeci de ani nu va atinge punctul culminant Yang decât la vârsta de treizeci de ani. Această vârstă este caracterizată de exuberanță fizică, intelectuală și reproductivă. Conform ceasului vieții Taiji, senilitatea ar trebui să apară atunci când Yin își are originea în punctul culminant Yang (adică la treizeci, patruzeci sau cincizeci de ani). Pe ceasul vieții Taiji, Yang Qi ocupă în continuare o poziție dominantă între orele douăsprezece și cincisprezece, deși scade, iar Yin Qi crește. De la ora cincisprezece încolo, Yang Qi este dominat de Yin Qi și senilitatea se accelerează. În cele din urmă, moartea sosește la ora optsprezece, Aceasta este lumina pe care o aruncă asupra originii senilității ceasul vieții Taiji din cele opt trigrame.

Senilitatea începe de la punctul culminant Yang. Această noțiune sugerează că senilitatea va fi întârziată dacă punctul culminant Yang este întârziat prin prelungirea oricăreia dintre etapele sale. Prin urmare, omul ar trebui să încerce să încetinească viteza de diviziune celulară la vârsta mijlocie. Cu toate acestea, omul modern nu acordă nicio atenție întârzierii punctului culminant Yang, el utilizează excesiv Yang Qi înainte de vârsta mijlocie, ceea ce scurtează perioada de diviziune celulară. În acest caz, punctul culminant Yang și senilitatea vor ajunge la o vârstă fragedă. De exemplu, îngrijirile timpurii, căsătoria, creșterea copiilor și munca excesivă vor duce la senilitate timpurie. Nu este de mirare că o vedetă de talie mondială a boxului se pitește devreme din cauza supraexcitației la vârsta mijlocie. Așadar, omul trebuie să se ferească de munca sa pentru a nu depăși limitele fiziologice ale corpului său. Numai în acest fel el poate întârzia apogeul Yang și senilitatea,

III . Originea senilității

Conform teoriei Taiji, conform căreia Yin și Yang se schimbă intermitent, senilitatea este rezultatul creșterii Yin și scăderii Yang. Aici, Yin nu se referă la Yin Qi fiziologic, ci la Yin Qi patologic. Yang Qi controlează starea dinamică, în timp ce Yin Qi controlează starea statică.

Creșterea Yin Qi-ului patologic constă în scăderea Yang Qi-ului dinamic și în creșterea metabolismului celular, în activarea metaboliților și în controlul celulelor anormale ... . Mai ales, apariția și creșterea acestor substanțe inerte va face ca celulele să lucreze cu și mai mare dificultate. Medicina modernă a observat că unele substanțe inerte pot să apară și să se acumuleze în celule pe măsură ce omul îmbătrânește. Aceste substanțe pot să împiedice metabolismul celular. De exemplu, grăsimea brună poate să apară din abundență, genele se pot acumula datorită unei creșteri a

histonelor; hormonii morții secretați de glanda pituitară se pot acumula pentru a împiedica celulele să folosească *parathirinul*; proteinele anormale sintetizate din greșeală pe măsură ce omul îmbătrânește se vor aduna și ele în celule (adică ocuparea cavităților celulare. Deșeurile metabolice pot să împiedice metabolismul celular normal și să provoace senilitate); reticulațiile anormale pot afecta permeabilitatea celulară a țesuturilor conjunctive; în ADN pot apărea reticulații care să submineze activarea celulară; pe lanțurile de ADN pot apărea unele gene ale senilității; un fel de metabolit deshidratat poate să apară în capilarele sanguine pentru a obstrucționa circulația fluidelor corporale și pentru a încetini metabolismul; activarea celulară poate fi slăbită de scăderea acetilcolinei care este un fel de transmițător în creier; sedimentarea colesterolului și a altor lipoide pe peretele vascular poate afecta circulația sanguină; organismul poate fi supraîncărcat cu grăsimi. Toate acestea sugerează că activitatea celulară se va deregla atunci când activarea celulară este redusă și vor apărea multe substanțe inerte. Ca urmare, senilitatea se dezvoltă atunci când viața nu merge fără probleme. Într-un anumit sens, senilitatea este un proces în care creșterea Yin Qi forțează o scădere a Yang Qi.

Viața depinde de activitate. Celula este bazarul; unitatea de viață. Activitatea celulară este forma de bază a activității vieții. Senilitatea va sosi cu siguranță dacă activitatea celulară merge prost. Prin urmare, activitatea este forma fundamentală a existenței materiei. Păstrarea și restabilirea activității celulare normale ar trebui să fie principiul anti-senilitate, deoarece activitatea celulară anormală duce la senilitate.

În plus, ar trebui menționat faptul că trupul uman încă există în momentul morții. Aceasta dovedește că moartea reprezintă sfârșitul informațiilor despre viața Yang și începutul informațiilor despre viața Yin. Așa-numitele "viziuni bântuitoare" sunt cenușăreasa rămasă din informațiile vieții Yang. Sfârșitul Yang Qi marchează sfârșitul activității vieții, dar nu semnifică pierderea materială a corpului uman, deoarece toate substanțele și energia din corpul uman au venit din univers și se vor întoarce în univers pentru a forma lucruri noi. Aceasta este legea conservării materiei. Ele pot forma o nouă specie de viață, dar nu vor repeta niciodată ultima formă de viață în care au fost. Continuarea întregii specii este posibilă prin numeroase nașteri și morți individuale.

IV. Poate fi întârziată senilitatea?

Senilitatea poate fi întârziată. Corpul uman are mari potențialități. Omul a folosit doar 20% din celulele creierului său până la momentul senilității, iar restul rămân încă nedezvoltate. Între timp, doar 20% din microcirculația care ocupă 90% din lungimea tuturor vaselor de sânge întregi a fost deschisă; în plus, 50% din moleculele de ADN cu dublă legătură din gene au rămas în stare latentă; sistemul endocrin, sistemul digestiv și fibrele musculare cardiace sunt toate potențial puternice. Așadar, anti-senilitate are o bază materială puternică.

Conform teoriei Taiji conform căreia Yin și Yang se schimbă intermitent, Yang va proveni din punctul culminant Yin și este posibilă întinerirea. Există câteva cazuri de acest fel în lume.

Primul: o femeie de șaptezeci de ani și-a recăpătat menstruația și a rămas însărcinată de două ori. (Se numește Cai Aixiu și locuiește în satul Yueguangtang, orașul Longtanqiao, județul Hanshou, provincia Hunan Sursa: Lumea Caleidoscopică Pji, YuHong).

Al doilea: în 1981, o femeie de o sută nouă ani era pe moarte din cauza unei boli fatale. Apoi și-a recăpătat cunoștința, părul negru, menstruația, pielea netedă și dinții noi. În cele din urmă, a primit întinerirea, (femeia se numește Yu Jinyan și locuiește pe strada Feiyuan, Changsha, provincia Hunan. Ea s-a născut în 1872. Sursă: On Health and Longevity, Tianjin Press of Sciences).

Aceste cazuri sunt mutații individuale, deoarece în dezvoltarea lucrurilor sunt posibile atât schimbări normale, cât și mutații. Cu toate acestea, un singur caz poate invita mai multe cazuri să aibă loc, deoarece bazele de viață ale oamenilor sunt aceleași. Posibilitatea de întinerire încă există, deși senilitatea și moartea sunt inevitabile.

Conform teoriei Taiji conform căreia Yin și Yang se schimbă intermitent, Yin Qi va lua naștere atunci când Yang Qi atinge punctul culminant. Prin urmare, viața va fi prelungită dacă apogeul Yang este întârziat prin prelungirea oricăreia dintre etapele sale procedurale. În special,

etapa dinaintea orei nouă dimineața pe ceasul vieții Taiji (adică etapa dinaintea maturității sexuale) ar trebui prelungită. Cel mai bine este să se accelereze dezvoltarea inteligenței și a creierului la o vârstă mai tânără. De fapt, creierul este gata de lucru în copilărie, iar maturitatea sexuală va fi întârziată dacă cineva se concentrează pe dezvoltarea inteligenței și a creierului său. Acest lucru se datorează faptului că sosirea maturității sexuale va grăbi sosirea punctului culminant Yang. Doi neurofiziologi britanici susțin, de asemenea, că senilitatea celulelor cerebrale va fi încetinită dacă creierul lucrează devreme și în mod constant; longevitatea depinde de un creier avansat, deoarece creierul este SNC al corpului uman. Nu este de mirare că în *Cartea Schimbărilor* se spune: "Corpul nu va deveni senil dacă creierul rămâne energic și sănătos".

Secțiunea 3. Creierul și anti-senilitatea

Viteza de senilitate a creierului este cea mai lentă dintre toate organele umane, deoarece creierul are un mare potențial. De la vârsta de treizeci de ani, treizeci de mii sau o sută de mii de nervi cerebrali mor în fiecare zi, o mie de celule nervoase nu mai funcționează în fiecare oră; iar un milion de celule nervoase mor în fiecare an. Cu toate acestea, 80% dintre celulele cerebrale rămân încă nedezvoltate până la bătrânețe, ceea ce arată că creierul are un potențial puternic.

Mai încurajator este faptul că oamenii de știință au demonstrat, prin intermediul unor lezări pe animale, că celulele creierului pot reînvia. Un om de știință american, Philip Diamond. a descoperit că un șoarece îmbătrânit va dezvolta noi rădăcini nervoase dacă este prins într-un mediu amenințător și derutant (un loc în care există o pisică). Acest tip de mediu sporește hiperplazia celulelor membranare care îndeamnă celulele de inteligență din creier să se dezvolte. Acest experiment aruncă lumină asupra antisenilității umane, deși a fost făcut pe animale.

Unii oameni de știință sunt conștienți de faptul că creierul omului a luat în greutate în acest secol. Această descoperire oferă, de asemenea, posibilitatea revigorării creierului. O altă descoperire este aceea că celulele creierului feminin încep să scadă la vârsta de patruzeci de ani, dar viteza încetinește după vârsta de cincizeci de ani, devenind chiar mai lentă decât cea a celulelor creierului masculin. Acest lucru arată că activarea cerebrală are cicluri în viața umană.

În trecut, moartea era determinată pe baza cedării respirației și a inimii. Acum, ea se bazează pe undele cerebrale. Au fost efectuate unele teste pe un cap uman amputat. S-a înregistrat faptul că un expert în microchirurgie a reușit să mențină în viață un cap uman amputat timp de șase zile, iar capacitatea sa de raționament a durat șaptezeci și șase de ore. Un alt cap secționat dintr-un corp care fusese înghețat timp de șaizeci de ani a putut chiar să răspundă la întrebări după o stimulare electrică (Mystery March, 1990). Unii oameni de știință încearcă să reunească din nou un cap secționat cu corpul său; unele țări fac chiar cercetări privind transplantul de cap. Toate aceste experimente arată că creierul este destul de puternic.

Creierul este sistemul nervos central al corpului uman. Acesta joacă un rol important în controlul activităților vieții. *Cartea Schimbărilor* spune: "Qian reprezintă ceea ce este originar, omul superior". Nimic nu poate exista fără un centru de control. Prin urmare, cheia anti-senilitate ar trebui să fie creierul. Celelalte părți ale corpului vor trăi mai mult dacă anti-senilitatea din creier are succes. MTC acordă, de asemenea, o mare atenție influenței creierului în întregul corp. *Canonul de medicină al împăratului* spune: "Creierul este un organ în care își au originea înțelepciunea și spiritele. Este centrul de control pentru cele unsprezece organe interne. Aceste organe interne vor fi în pericol dacă creierul nu reușește să funcționeze bine. Leziunile creierului pot declanșa leziuni ale spiritului care invită curând la sosirea morții". Aceste cuvinte clarifică faptul că creierul controlează toate celelalte sisteme importante din organism, iar anti-senilitatea creierului are o semnificație profundă. Unele documente susțin că dezvoltarea creierului omului este proporțională cu durata de viață a omului. Prin urmare, omul trăiește cel mai mult printre mamifere pentru că creierul omului este cel mai avansat.

Cum să evităm senilitatea creierului? Principiul este de a folosi creierul. O zicală chinezească spune așa: "Nu este nevoie de creier: O barcă care navighează împotriva curentului trebuie să meargă înainte sau va fi împinsă înapoi. Celulele responsabile de activitățile sociale vor deveni senile la scurt timp după ce cineva se va pensiona. Așadar, creierul ar trebui folosit destul de

des pentru a întârzia senilitatea.

Celulele sunt mai degrabă vioaie și energice. Cu toate acestea, viața depinde de activitate, mai multă utilizare a creierului îl face pe om mai inteligent. *Cartea Schimbărilor* spune: "Regenerarea depinde de activitate". Un test pe un șoarece îmbătrânit a fost făcut de niște cercetători americani. Acesta a sugerat că un mediu confortabil a făcut ca șoarecele să își folosească mai puțin creierul. Ca urmare, șoarecele nu și-a regenerat rădăcinile nervoase.

Sediul central al ceasului fiziologic al omului se află în creier (s-a dovedit că acesta se află în zona optico-chiasmică superioară și este controlat de hormonii secretați de epifiză). Fiecare celulă are, desigur, ceasul său minor (de exemplu, o celulă nu moare imediat când este ruptă de corpul principal), dar acest ceas individual este controlat de sediul central și va merge prost dacă sediul central își pierde controlul. Prin urmare, folosirea frecventă a creierului este cheia anti-senilitate.

Creierul are mari potențialități. Senilitatea este doar o activitate parțială. Anti-senilitatea din creier are un viitor strălucit. În ultimii ani, unii oameni de știință au descoperit în studiile de divizare a creierului că creierul stâng al omului controlează limbajul și raționamentul abstract, în timp ce creierul drept controlează muzica și arta; conștiința există în creierul stâng, în timp ce subconștiința există în creierul drept; conștiința și subconștiința se pot întâlni în vise. Oamenii de știință au descoperit, de asemenea, că atât creierul stâng, cât și creierul drept au funcții duale. Creierul drept are, de asemenea, capacitatea de a raționa, deși se concentrează în principal pe sentimente concrete sau pe artă. De ce este omul încă capabil să raționeze într-o stare subconștientă, cum ar fi în vis sau în alte activități mentale? Acest lucru se datorează faptului că creierul drept lucrează în același timp. Acest lucru ne oferă o bază teoretică pentru dezvoltarea celulelor de raționament ale creierului drept. Multe descoperiri semnificative nu au fost făcute în laborator. De exemplu, principiul lui Arhimede a fost descoperit într-o cadă de baie, legea gravitației universale a fost descoperită sub un măr, structura benzenului a fost descoperită într-un vis .... . Anti-senilitatea creierului va fi probabil descoperită dacă creierul drept este dezvoltat și folosit la rândul său cu creierul stâng.

Puterea extraordinară a creierului este dovedită de facultățile neobișnuite ale maeștrilor de Qigong. Printre aceste facultăți se numără mișcarea lucrurilor prin meditație, teledetecția, privitul prin corpul uman și localizarea depozitelor de minerale... . Aceste minuni simbolizează evoluția creierului, deși ele nu apar decât la câțiva oameni. Conform teoriei recapitulării, dezvoltarea unui individ este o recapitulare scurtă și rapidă a evoluției speciei sale. Aceste facultăți neobișnuite pot exista la toate ființele umane, dar ele există doar la unii indivizi. În acest caz, ele sunt latente la majoritatea oamenilor. La ce folosesc aceste celule cerebrale nefolosite care ocupă 80% din cavitatea cerebrală? Prin urmare, facultățile neobișnuite ale creierului merită să fie dezvoltate. O nouă eră în științele vieții va sosi dacă acestea vor putea fi decodificate.

În prezent, o propunere sună în felul următor: facultățile neobișnuite ale unor oameni au fost acordate fie de extratereștrii din spațiul cosmic, fie de unele creaturi civilizate anterioare apariției rasei umane pe Pământ. Unii oameni cred chiar că omul a venit din spațiul cosmic. Un om de știință din NATO susține că omul este rezultatul reproducerii unui om-maimuță primitiv și a unor extratereștri care au venit pe Pământ în urmă cu șaizeci și cinci de mii de ani. Dovada sa este un craniu vechi de cincizeci de mii de ani, de o inteligență ridicată, pe care l-a descoperit în Santiago. De asemenea, el crede că sculpturile gigantice în stâncă din Munții Anzi ar fi putut fi lăsate de un OZN care a aterizat pe Pământ (sursa: A Kaleidoscopic World, Yu Hong, Cai Shaowen). Cel de-al zecelea Buddha viu din Tibet a fost un om cu facultăți neobișnuite. De ce a fost ales să fie copilul Buddha reîncarnat în copilărie? Unul dintre motive este că facultățile sale neobișnuite l-au făcut să recunoască lucrurile pe care le folosise cel de-al nouălea Buddha Viu și oamenii pe care Buddha îi abordase când era în viață. Persoane capabile de teledetecție și prezicere pot fi găsite în multe țări. Mai mult, unele clanuri primitive care trăiesc în jungla virgină ar putea poseda facultăți mai neobișnuite. În timpul celui de-al Doilea Război Mondial, se spune că o anumită țară s-a folosit de unii locuitori ai junglei pentru a efectua lucrări de cercetare. Într-un avion, acești oameni puteau căuta țintele de la sol chiar mai eficient decât un telescop.

Aceste facultăți neobișnuite sugerează că potențialul de inteligență al creierului poate fi activat cu siguranță. Omul își poate aminti în subconștient lucruri care s-au întâmplat în trecutul îndepărtat, chiar și lucruri petrecute imediat după nașterea sa.

Cu toate acestea, nu este ușor pentru el să facă acest lucru în mod conștient. Prin urmare, aceasta arată că există facultăți neobișnuite în 80% din celulele cerebrale nedezvoltate (în special în creierul drept). Utilizarea suficientă a creierului poate evita senilitatea. În special, creierul ar trebui să fie folosit atât în mod conștient, cât și în mod subconștient. Pe scurt, creierul este semnificativ pentru anti-senilitate.

Qigong-ul cerebral este, de asemenea, valoros pentru anti-senilitate la nivelul creierului (pentru detalii, a se vedea Capitolul Șaptesprezece). Practicarea acestui tip de Qigong nu numai că te face mai înțelept, dar activează și inteligența potențială a creierului.

Secțiunea 4. Recapitularea vieții și anti-senilitatea

Se poate recapitula viața? Poate timpul să se întoarcă înapoi? Răspunsul este "Da" în anumite condiții. Omul de știință britanic Stephen Hawkins crede că explozia cosmică și retracția sunt un ciclu de mișcare super-lungă. Când are loc explozia cosmică, timpul se umflă și este pozitiv; când retracția cosmică vine după o explozie cosmică, timpul este negativ sau merge înapoi. Să luăm ca exemplu sistemul solar. Soarele se află în faza de umflare, cu o temperatură ridicată și arată ca o minge de foc. Pământul este foarte mult influențat de soare acum. Pe Pământ, timpul este pozitiv și omul trăiește de la tinerețe până la senectute. După o anumită perioadă, soarele va începe să se prăbușească într-o gaură neagră. Timpul în acel moment va fi negativ și va merge înapoi. Omul va reînvia și el dacă va întâlni această oportunitate. Desigur, este nevoie de miliarde peste miliarde de ani pentru ca astfel de lucruri să se întâmple.

O altă propunere privind întinerirea merge în felul următor: timpul este un fel de materie sau de câmp. Acesta poate fi controlat, inversat și returnat. Această propunere este predicată de un fost om de știință din URSS. El crede că materia timpului poate emite un tip de particule care sunt suportul pentru informația despre timp. Cu cât mai multe lucruri primesc aceste particule, cu atât mai vechi vor deveni. Așa operează senilitatea. Lucrurile vor reînvia dacă particulele de timp iradiate în corpurile lor pot fi îndepărtate. Utilizând un rezonator de cuarț, acest om de știință a constatat, de asemenea, că viteza particulelor de timp radiate către o persoană care doarme era mai mică decât cea a unei persoane care nu doarme. Așadar, oamenii pot controla timpul la fel cum pot controla temperatura sau presiunea (sursa: Time Is a Kind of Matter Which Can Be Diverted citat de Zuo Ran în Daily of Science and Technology din 3 iunie 1989).

Teoria întoarcerii la origini a fost discutată pe larg în *Cartea Schimbărilor* acum trei mii de ani. De exemplu, trigrama Tai (Pace) din Yi spune: ”Care mișcare are o întoarcere”. *Marele Tratat despre Yi* spune: "Soarele pleacă și vine Luna; Luna pleacă și vine soarele... frigul pleacă și vine căldura; căldura pleacă și vine frigul". Prin urmare, orice mișcare din univers este caracterizată de periodicitate. Desigur, periodicitatea mișcării nu se referă la revenirea la aceeași formă veche în același mod și în același timp. Este o repetiție îmbunătățită și colectivă, nu concretă și individuală.

Universul are umflări și contracții periodice. Viața are mișcări periodice, la fel și celulele sexuale ale omului... genele fac mișcări periodice prin fertilizare. Cu alte cuvinte, lumea vie, inclusiv omul, parcurge cicluri între naștere și moarte ca un întreg, nu individual. Altfel s-ar ajunge la periodicitate idealistă, nu la materialism. Acesta este motivul pentru care câțiva bătrâni întineriți nu pot evita senilitatea și moartea. Acest lucru este valabil și pentru acei maeștri celebri de Qigong. Laozi spune: "Mișcarea este caracterizată de periodicitate". Acesta consideră periodicitatea ca fiind un principiu pentru mișcarea din univers. Laozi a spus. "Adună-ți puterea meditativă și adu o ușoară stimulare a creierului; atunci, omul va simți că se întoarce la copilărie". Aceasta este întinerirea subconștientului în cadrul Qigong-ului.

Omul se poate întoarce în primul stadiu al vieții sale (de exemplu, stadiul fetal) în mod subconștient în practica Qigong, deoarece conștiința sa este și ea periodică. În secolul al XIX-lea, Haeckel, un biolog german, a prezentat legea recapitulării, adică dezvoltarea unui individ este o recapitulare scurtă și rapidă a evoluției speciei sale. Cu toate acestea, Haeckel a observat doar

recapitularea vieții. *Cartea Schimbărilor* și Laozi propun recapitularea conștiinței proprii. În practică, maeștrii de Qigong au demonstrat că conștiința omului se poate întoarce la copilăria sa, care este un stadiu primitiv lipsit de dorințe și rele. Această întinerire a vieții este disponibilă deoarece creierul poate fi stimulat prin meditații ușoare și acele celule cerebrale adormite pot fi trezite pentru a-și îndeplini funcțiile primitive. Prin urmare, întinerirea vieții în cadrul Qigong-ului se referă la revigorarea energiei înnăscute a omului și a facultăților sale degenerate, precum și la o întârziere a senilității omului. Este un demers științific, materialist, practic și foarte convingător. Ea este complet diferită de nemurirea idealistă - nemurirea este imposibilă, deoarece după moarte rămâne doar o mică informație de viață. Informația de viață Yang va pieri complet de la oamenii care mor de senilitate sau de o boală. Așa-numita fantomă după moartea cuiva este pur și simplu o recurență a informațiilor de viață ale celor care se recalifică în anumite circumstanțe. De exemplu, un fel de lumină poate apărea pentru că în corpul unui om există materie luminoasă sau altă materie necunoscută. Doar cei care mor pe neașteptate sau sub o acuzație nedreaptă pot păstra unele informații de viață Yang, deoarece o moarte subită nu va consuma tot Yang Qi-ul său, iar o moarte nedreaptă va stimula puternic corpul să emită o mulțime de informații de viață Yang. Aceste informații rămase pot apărea în anumite circumstanțe. Bineînțeles, acestea sunt doar câteva ipoteze. Dacă dezvoltarea științei va fi suficient de avansată pentru a reda informațiile de viață rămase ale unui cadavru, misterul "viziunilor bântuitoare" va fi descifrat.

În plus, întinerirea nu este întotdeauna de bun augur. Uneori este vorba doar de o recuperare momentană a conștiinței înainte de moarte. Un pacient care a fost bolnav mult timp poate căpăta brusc bună dispoziție și părul negru, dar va suferi o senilitate mai gravă la scurt timp după aceea.

Secțiunea 5. Qigong-ul dinamic și anti-senilitatea

Adevărul că viața depinde de mișcare este etern.

Materialismul dialectic consideră că mișcarea este forma de existență a materiei. Ea este natura fundamentală a materiei.

Mișcarea este absolută, repausul este relativ. Mișcarea și repausul sunt unite în mod contradictoriu. Odihna este doar o formă specială a mișcării. Cu alte cuvinte, mișcarea este necondiționată, veșnică, universală și absolută; în timp ce odihna este condiționată, temporară și relativă. În ceea ce privește relația dintre mișcare și repaus, materialismul dialectic consideră că mișcarea are un rol predominant printr-o unificare contradictorie, deși mișcarea și repausul se sprijină reciproc.

Viața este în mișcare tot timpul. Din punct de vedere macroscopic, un om care stă întins în pat încă se învârte în jurul soarelui împreună cu pământul; din punct de vedere microscopic, numeroși electroni din celulele acestui om se învârt în jurul nucleelor fără încetare; toate activitățile fizice și chimice din celulele sau organele sale se desfășoară cu o viteză redusă; undele inimii și ale creierului continuă să marcheze curbe .... . Toate acestea sugerează că mișcarea în viață este absolută și veșnică, iar odihna este doar relativă și condiționată.

Faptul că viața depinde de mișcare are ca scop consolidarea Yang Qi și ștergerea lui Yin Qi inert, în timp ce faptul că viața depinde de odihnă are ca scop economisirea energiei pentru o perioadă mai lungă de activare celulară.

Exercițiile adecvate sunt semnificative pentru activitățile celulare. Unele substanțe negative și inerte vor crește în celulele omului și vor împiedica activitățile celulare normale atunci când acesta se află la vârsta mijlocie. În acest moment, exercițiile adecvate pot accelera circulația sângelui și a Qi pentru a ajuta organismul să elimine substanțele inerte în creștere. În acest fel, auto-otrăvirea este redusă și senilitatea este întârziată.

Pentru a pune viața în mișcare mai bine, este nevoie de Qigong dinamic. Se numește "dinamic" pentru că atât corpul cât și spiritul sunt în mișcare, sau corpul interior și corpul exterior sunt în mișcare. Este diferit de Qigong-ul static, care pune în mișcare doar corpul interior. Este potrivit în special pentru persoanele obeze și de vârstă mijlocie, deoarece poate accelera circulația sângelui și poate șterge deșeurile care încarcă cavitățile celulare. În plus, sunt necesare doar cincisprezece sau treizeci de minute pentru practică, iar timpul poate fi prelungit puțin pe măsură ce

trec zilele.

Accelerând circulația sângelui, Qigong-ul dinamic reușește să stimuleze și să deschidă microcirculația, unde are loc schimbul de necesități vitale. Lungimea vaselor de microcirculație reprezintă 90% din întreaga lungime vasculară, dar numai 20% dintre ele sunt deschise pentru a fi utilizate. Prin urmare, sistemul microcirculator are un mare potențial și este suficient pentru a fi folosit de om pe tot parcursul vieții. Utilizarea suficientă a acestui sistem poate accelera circulația sângelui și poate epura deșeurile metabolice și patologice care îngustează sau blochează multe vase de sânge.

Cel mai bine este să se practice Qigong-ul dinamic dimineața, deoarece poate ajuta organismul să genereze Yang Qi. Qigong-ul dinamic ar trebui să fie controlat prin mișcare, meditație și reglarea respirației. Este ușor de practicat acest Qigong. În primul rând, alegeți orice formă de mișcare (alergare, săritură, mers, înot sau ciclism); în al doilea rând, reglați respirația (respirația toracică și respirația abdominală trebuie adoptate alternativ); în al treilea rând, și cel mai important, completați un cerc minor de Qi și un cerc major de Qi, folosind meditația pentru a ghida Qi-ul să conecteze diferite canale și vase, adică ghidați Qi de la punctul de acupunctură Baihui în jos, de-a lungul feței, a părții centrale a pieptului și a abdomenului (canalul Die Ren) până la vulvă; apoi deplasați Qi în sus, de-a lungul părții centrale a spatelui (canalul Du), până în vârful capului, unde se află punctul de acupunctură Baihui; după aceea, ghidați din nou Qi în jos pentru a completa un cerc minor de Qi. Deoarece Qigong-ul dinamic necesită mai multă forță decât Qigong-ul static, este ușor să se conecteze canalul Ren și canalul Du; în plus, cele douăsprezece canale se pot conecta între ele de la sine datorită mișcării brațelor și picioarelor. În acest fel, un cerc major de Qi se completează automat. În acest moment, trebuie să se mărească treptat forța și să se prețuiască o speranță bună. Buna speranță este o stimulare Yang care crește producția de Yang Qi în Qigong-ul dinamic.

În general, Qigong-ul dinamic se remarcă prin economisirea timpului și prin efectele rapide. Mulți oameni vor fi descurajați dacă trebuie să petreacă mai multe ore în practicarea Qigong-ului static, deoarece timpul este limitat și oamenii au multe lucruri de făcut după opt ore de muncă. Cea mai bună soluție este de a practica pe rând Qigong-ul dinamic și Qigong-ul static; i. e. aceste două tipuri de Qigong pot fi practicate alternativ într-o săptămână, în funcție de condițiile personale ale fiecăruia. Cei care au un fizic slab și suficient timp pot practica mai mult Qigong static, în timp ce cei care au un fizic sănătos și timp insuficient se pot concentra pe Qigong dinamic.

Secțiunea 6. Yang Qi și viața

Caracterul chinezesc antic pentru Qi are sensul de foc. Prin urmare, Qi poate oferi vieții forța motrice.

Cartea Schimbărilor spune: "Esența și respirația formează lucrurile, iar dispariția sau rătăcirea sufletului produce schimbarea constituției lor", "Liniile se schimbă și se mișcă fără să rămână (într-un singur loc), curgând în oricare dintre cele șase locuri ale hexagramei" ("Marele tratat despre Yi"). Acesta subliniază că Qi este un fel de materie care circulă în univers. O astfel de înțelegere profundă a Qi, venită de acum câteva mii de ani, este avansată și chiar până la nivelul gândirii actuale. Zhang Zai, o persoană din timpul dinastiei Song de Nord, a mai spus: "Universul nu poate fi fără Qi; toate lucrurile nu pot fi fără acumularea de Qi".

Yang se transformă în Qi, în timp ce Yin se transformă în formă. Qi este un fel de materie Yang și are putere motrice. Se mai numește și Yang Qi, în timp ce forma se numește formă Yin. Qi se împarte în Qi congenital și Qi postnatal. O carte de medicină antică spune: "Cineva se va simți intoxicat după atingerea acestor două tipuri de Qi". Ambele sunt capabile să activeze viața.
MTC consideră că lucrurile se mișcă în formarea și transformarea lor făcută de activitățile funcționale ale Qi. Qi-ul congenital locuiește în rinichi și funcționează ca bază pentru activitățile vitale. *Canonul de Medicină al Împăratului* spune: "Qi-ul congenital vine din univers și hrănește corpul împreună cu energia derivată din hrană". (Sursa: *Pivot spiritual*). *Nan Notes* spune: "Poarta vieții este locul de locuit pentru toate tipurile de nervi, precum și pentru Qi congenital". Qi congenital este format din Qi inimă-plămâni, Qi splină-stomac, Qi rinichi și Qi canale.

În Qigong, Qi este, de asemenea, împărțit într-o parrte interioară și o parte exterioară. Ceea ce ghidează o persoană în practica Qigong este Qi-ul interior care curge în sus și în jos în interiorul corpului. Qi-ul exterior curge în afara corpului. Aceste două tipuri de Qi sunt interschimbabile și controlate de conștiința persoanei. Ele reprezintă o unificare a materiei, energiei și informațiilor. Yang Qi abundă în informații despre viață. Prin urmare, funcțiile sale nu pot fi înțelese ca un fel de energie fizică. Viața se va sfârși dacă Yang Qi este secătuit, deoarece acesta este forța motrice a activităților vitale. În acest caz, este important să se protejeze Yang Qi și să se reducă consumul acestuia în lupta împotriva senilității.

Recent, o broască țestoasă de o mie de ani a fost expusă în Guangzhou. Aceasta înseamnă foarte mult pentru activitatea de viață. Viața dinamică și viața statică, precum și mișcarea și odihna, ar trebui să fie în mod rezonabil în echilibru și nu pot fi separate una de cealaltă. A pune accentul doar pe mișcare fără a ține cont de principiul că viața depinde de odihnă este unilateral și nu dialectic.

Există o mulțime de modalități de cultivare statică în Qigong-ul tradițional chinezesc. Qigong-ul static este una dintre multele variante. El are o semnificație de anvergură în protejarea Yang Qi și în prelungirea vieții, (pentru detalii, vezi capitolul 16, Cartea schimbărilor și Qigong-ul chinezesc).

Secțiunea 7. Apă și anti-senilitate

Atât Harta He, cât și Scrierea Luo susțin că totul, inclusiv viața, își are originea în apă. *Cartea Schimbărilor* spune: "apa este originea tuturor lucrurilor din univers". Alte scrieri chinezești antice au menționat aceleași cuvinte.

Darwin, un mare biolog, a propus că omul provine din maimuță în cartea sa "*Despre originea speciilor*". Alți cercetători din străinătate presupun că omul provine dintr-o maimuță amfibie sau, mai departe, dintr-un pește. Poporul chinez antic remarcase deja legătura consangvină dintre om și pește în cultura Yangshao, care exista în urmă cu șase mii de ani. Pe însemnele clanurilor din acea vreme, există doi pești la un loc predominant și un chip uman prins între boturile peștilor. Pe fundul unui bazin de bronz cu stropire de apă care a fost realizat în urmă cu trei mii de ani există o imagine sculptată a patru crapi și patru linii preluate de pe harta He. Prin urmare, bazinul a făcut ca această *Carte a Schimbărilor* să fie cunoscută în lume. Peștele este, de asemenea, un totem pentru unele clanuri străvechi din China.

Peștele nu poate trăi fără apă, în timp ce omul trăiește acum pe uscat, după o evoluție îndelungată. Cu toate acestea, în afară de oxigen, apa rămâne în continuare o necesitate pentru viața omului. Omul poate reuși să trăiască câteva săptămâni fără hrană, dar numai trei zile fără apă. Apa trebuie să aibă ceva de-a face cu originea senilității, deoarece este atât de strâns legată de activitățile vieții. Cercetătorii palestinieni au observat că senilitatea va apărea dacă lichidul din organism se dezechilibrează. Lichidul corporal anormal poate produce un fel de metabolit deshidratat care se acumulează în capilarele sanguine, încetinește fluxul sanguin și întârzie metabolismul celular. În acest fel sosește senilitatea. Coloidul protoplasmei celulare este de asemenea important. Activitățile vitale vor fi îngreunate dacă acest tip de coloid devine, anormal și nu se poate combina cu moleculele de apă necesare, care sunt mediile pentru metabolismul celular. Senilitatea va sosi, de asemenea, dacă metabolismul celular se întrerupe din cauza lipsei de apă. Prin urmare, apa este destul de semnificativă pentru viață.

În același timp, calitatea apei contează pentru viață. Oamenii longevivi locuiesc întotdeauna în locuri care se laudă cu o calitate ridicată a apei, cu minerale și oligoelemente favorabile metabolismului celular. Dimpotrivă, oamenii riscă să se îmbolnăvească de diverse boli în locuri renumite pentru calitatea slabă a apei. În prezent, în multe locuri, ecoechilibrul a fost distrus, iar calitatea apei de acolo este destul de slabă, ceea ce afectează sănătatea omului. Așadar, protecția apei este o cheie a anti-senilității.

Apa este un fel de materie Yin. Ea produce anioni care sunt buni pentru sănătate. Omul nu ar trebui doar să bea apă, ci și să " respire " apă. Cu alte cuvinte, omul ar trebui să inhaleze o mulțime de anioni prin practicarea Qigong-ului sau a respirației profunde la malul mării sau pe malul

râurilor. Această practică este benefică pentru metabolismul celular și prelungește viața. Se pare că niște foști oameni de știință din fosta URSS au prelungit viața unui șoarece cu 50% prin creșterea acestuia într-un mediu bogat în anioni.

Viața este forma de existență a proteinelor care este condiționată de apă. 80% din corpul omului este format din apă. Apa funcționează ca mijloc de schimb de materie.

Apa este numită "fluid" în MTC. Wu Jintong, un medic din timpul dinastiei Qing, a spus: "Păstrarea fluidelor corporale reprezintă păstrarea vieții omului". El a subliniat foarte mult semnificația fluidului corporal. Medicii MTC au creat multe modalități de conservare a fluidului corporal care hrănesc viața. Înghițirea salivei este un exemplu. Saliva este compusă din lichid subțire și lichid gros; este strâns legată de splină și de rinichi. Qi-ul rinichilor va fi puternic și abundent dacă secreția de salivă este normală. Motivul pentru care înghițirea salivei hrănește viața omului și întârzie senilitatea constă în faptul că saliva provine din rinichi. O consemnare dintr-o carte veche sună astfel: o tânără doamnă a devenit hâdă și lipsită de spirit. Medicul ei i-a verificat corpul și a decis că nu se datora unor motive emoționale. Mai târziu, a găsit la poartă o mulțime de semințe de pepene verde decojite și și-a dat seama că boala rezulta dintr-o pierdere mare de salivă a femeii. Atunci i-a cerut curierului să înmoaie cojile în apă și a lăsat-o pe doamnă să bea apa. În cele din urmă, pielea ei a redevenit netedă și și-a revenit. O altă consemnare spune că un bărbat a căzut din greșeală într-o fântână uscată. El și-a înghițit saliva tot timpul până când cineva a venit să-l salveze. În acest fel a supraviețuit. Aceste înregistrări manifestă influența puternică asupra activităților vitale a fluidelor corporale.

Lichidul corporal este împărțit în lichid intracelular și lichid extracelular (sânge și lichid interstițial). Schimbarea fluidului corporal este detectată de plasmă, al cărei rezervor este lichidul interstițial. Prin intermediul electroliților, atât lichidul intracelular, cât și lichidul extracelular mențin o anumită presiune osmotică fiziologică, astfel încât sângele să nu fie nici prea gros, nici prea subțire. Prin urmare, trebuie să se ia puțină apă dimineața și seara pentru a dilua densitatea sângelui și pentru a grăbi evacuarea deșeurilor corporale. Acest lucru este benefic mai ales pentru cei care suferă de un nivel ridicat de lipide în sânge și de colesterol. Pielea omului, respirația, cele nouă orificii, urina și mișcările intestinale consumă multă apă în fiecare zi; totuși, intestinele și rinichii pot face o parte din reciclarea apei pentru a menține lichidul corporal în echilibru. Nu este necesar să se bea apă în exces. În caz contrar, inima și rinichii vor fi suprasolicitați.

Unii savanți din străinătate pledează acum pentru nașterea copilului în apă. Ei cred că lichidul amniotic din uter este la fel ca o mică mare. Omul ar trebui să se nască în mare, deoarece el s-a dezvoltat în mare. Prin teste, ei au constatat că un copil se va adapta mai ușor la natură dacă se naște în apă.

În concluzie, apa are o legătură fermă cu activitățile vieții.

Discuția de mai sus sugerează că teoriile din *Cartea Schimbărilor* sunt semnificative în orientarea teoriei senilității. În special teoria unificării mișcării și odihnei, teoria ceasului vieții Taiji și teoria mișcării inverse aruncă o nouă lumină asupra senilității, care a fost una dintre cele mai grele provocări pentru ființele umane.

(Traducere de Shi Gengshan)

Capitolul 26

Cartea Schimbărilor și Acustica

Secțiunea 1. Elementele esențiale ale informațiilor acustice

Sunetul, care este produs în cursul mișcării materiei, este un fel de energie; este, de asemenea, un semnal de viață. Orice lucru din lumea fizică poate produce energie în mișcarea sa, iar atunci când această energie este eliberată, se produce sunetul. Sunetul reprezintă, de asemenea,

amploarea mișcării materiei. Cu cât este mai mare, cu atât sunetul este mai puternic. Toată materia are proprietatea mișcării ondulatorii. Sunetul este deplasarea undelor transmise prin aer de la o sursă la ascultător. Undele sonore sunt unde longitudinale, care, atunci când se află în aer, pot crea frecvențe de unde sonore în urechile umane, care variază între aproximativ 20-20.000Hz. În afară de frecvență, undele sonore au și amplitudine și lungime de undă. De fapt, transmiterea undelor reprezintă transmiterea de energie. Altfel spus, undele sonore transportă energie cu ele.

În general, viteza undelor sonore este determinată de raportul dintre intensitatea presiunii și densitatea corespunzătoare. Așadar, undele sonore se deplasează mult mai repede prin solide decât prin aer. De aceea, dacă te întinzi pe pământ și asculți șinele, poți auzi din timp venirea unui tren. Deoarece undele sonore se deplasează cel mai departe în apă și cu o viteză de 1.411 metri pe secundă, sonarul face sondaje cu ajutorul undelor sonore refractate în apă.

Deoarece undele sonore sunt refractate de orice barieră pe care o întâlnesc, ele sunt folosite în medicină pentru a detecta și localiza bolile. Detectoarele de defecte cu ultrasunete, de exemplu, sunt utilizate pe scară largă pentru a detecta tumori și altele asemenea. Cu cât bariera este mai puternică, cu atât mai intense sunt undele sonore refractate. Mai mult, undele sonore pot chiar să formeze nori de sunet și, atunci când acest lucru se întâmplă, are loc o minunată refractare a sunetului. În special, atunci când există o mare diferență în distribuția densității atmosferei, undele sonore și undele luminoase sunt refractate și reflectate în totalitate de atmosferă, rezultatul sintetizat făcând uneori posibil ca oamenii să vadă priveliști sau să audă sunete la mare distanță. Aceste priveliști și sunete au fost înregistrate ca miraje în literatura antică. Shen Kuo, un om de știință din timpul dinastiei Song, a scris în *Notele* sale despre Meng Xi (Meng Xi Bi Tan) , "Deasupra mării din largul Dengzhou (vârful estic de astăzi al peninsulei Shandong) puteau fi văzuți din când în când nori plutitori, care arătau ca niște palate, turnuri, creneluri, figuri umane, cai și trăsuri. Aceste scene apăreau clar la vedere și se numeau miraje" și "Ouyang Wenzhong a fost trimis odată într-o misiune diplomatică la Hes-huo, zona de la nord de Râul Galben. Când a înnoptat la un han din comitatul Gaotang, a văzut fantome plutind prin aer. Potrivit acestuia, se puteau distinge cu ușurință contururile cailor, trăsurilor, creaturilor umane și animalelor". Ceea ce s-a spus pare destul de adevărat, dar descrierea detaliată va fi omisă. Când a întrebat un bătrân localnic despre acest fenomen, i s-a spus că "un astfel de lucru a avut loc și acum douăzeci de ani, în timpul zilei, scena era la fel de distinctă". Toate acestea arată că sunetul poate fi refractat sintetic.

La fel de intensă este și rezonanța, și anume, vibrația unei unde sonore intense, a unei furci care se învârte, duce la formarea alteia.

În Zhuangzi, se consemnează că Lu Ju a așezat odată într-o sală două instrumente cu ciupitură cu douăzeci și cinci de coarde, de structură identică, și când a ciupit sunetul de "gong" al unuia dintre ele, l-a auzit pe cel al celuilalt, deși nu era ciupit, și a produs același sunet. Potrivit *Yi Yuan* scris de Liu Jingshu (390-470 d. Hr.), un bărbat din provincia Sichuan a posedat odată o placă al cărei temperament era același cu cel al Marelui Clopot aflat în fața Palatului Luoyang. Atunci când clopotul era lovit, placa producea și ea un sunet. Același lucru nu s-a mai întâmplat după ce placa a fost șlefuită puțin. Toate acestea ilustrează principiul "rezonanței ". "Acest lucru se datorează faptului că", a spus Gao Shaokui din dinastia Tang, "placa și clopotul aveau același temperament. De aici și rezonanța".

În plus, Shen Kuo, în *Nota* lui Meng Xi, spune că, dacă o figură umană decupată din hârtie este așezată pe coarda unui instrument cu șapte coarde, coarda va răsuna atunci când o altă coardă de același ton emite un sunet, iar pe măsură ce are loc rezonanța, figura de hârtie se va mișca în sus și în jos. Ceea ce spune el dovedește încă o dată fenomenul de rezonanță al undelor sonore. (*Liu Renlong Povestiri de fizică, Editura Știința, China*).

Limbajul este produsul activității creierului uman, fiind totodată una dintre formele de activitate ideologică și, în același timp, unul dintre mijloacele prin care organismele vii fac schimb de informații între ele. Pe de altă parte, limbajul este și purtător și transmițător de energie. Limbajul purtător de putere sau incantația, în special, transmite o energie mult mai mare. Așa se explică de ce incantația a fost aplicată pe scară largă în taoism, budism și Qigong și a fost folosită pentru a scăpa de rele, a supune diavolii, a evita dezastrele, a preveni bolile și a construi corpurile. Prin urmare,

incantația merită să fie investigată și cercetată de noi în mod amănunțit (pentru informații detaliate, vezi capitolul trei).

Există un "limbaj cosmic" în univers? Așa-numitul limbaj cosmic este, în realitate, un tip de schimb de informații. Cu alte cuvinte, limbajul cosmic este o informație sonoră care ar putea fi înțeleasă prin transmitere senzorială. Se spune că unii oameni au avut acest tip de experiență: un sunet oarecare pare să le guverneze modul de gândire. Într-adevăr, dacă există o viață de înțelepciune în afara globului pământesc, este posibil ca și limbajul cosmic să existe. În prezent, însă, limbajul cosmic nu este decât o ipoteză.

Ființele umane nu sunt singurele creaturi care au limbaj. Toate tipurile de animale au propriul lor limbaj special. Se spune că Iisus a fost capabil să vorbească cu păsările, iar unii oameni pot înțelege limbajul elefanților și al câinilor. Mai mult, și plantele și creaturile nevietuitoare au propriul lor limbaj. Deși, în cazul plantelor și al creaturilor nevietuitoare, limbajul nu constă decât în unde vibratorii, care sunt diferite de undele sonore, acesta poate fi considerat, de asemenea, un fel de semnal lingvistic. Un experiment, de exemplu, a fost făcut odată într-o țară străină pe cactuși. Cei care au făcut experimentul au conectat mai întâi un detector de minciuni la un cactus crescut într-un ghiveci de interior - și apoi au cerut la șase bărbați să intre, pe rând, în camera în care era ținut cactusul. L-au pus pe unul dintre bărbați să scoată cactusul din ghiveci și să îl arunce pe podea. După ce au făcut acest lucru, au replantat cactusul în ghiveci și i-au rugat pe cei șase bărbați să intre din nou în cameră, pe rând, și să meargă spre cactus. Iată ce s-a întâmplat: când bărbatul care îl scosese din ghiveci s-a apropiat de el, indicatorul de pe detectorul de minciuni a tremurat, ceea ce sugera că cactusul era îngrozit. (*Yu Hong, 1989, Univers fără limite, Editura Chunqiu, P183*).

În concluzie, sunetul și limbajul sunt ambele produse ale mișcării materiei și ambele sunt purtătoare de putere. Ele poartă o mare importanță pentru activitatea de viață a corpurilor umane. Dar misterul limbajului purtător de putere - incantația - nu a fost dezvăluit până acum, astfel încât studiul și aplicarea acestui tip de limbaj vor fi de mare valoare.

Secțiunea 2. Semnificațiile profunde ale incantațiilor din Cartea Schimbărilor

Prin incantație se înțelege rugăciunea. În *Cartea din timpul dinastiei Han de mai târziu: Biografia lui Qiyi Liang fu*, o propoziție sună astfel: "Era într-o vară foarte secetoasă. Fu se punea sub soarele arzător din curte și își rostea cu vehemență incantațiile". Se poate spune că incantațiile sunt, de asemenea, un fel de limbaj secret purtător de putere, care era deja popular în China antică. De exemplu, formula de incantații cu cinci caractere: -**xi, a, ma, mi, hong**- a fost descoperită în mormintele Han Ma Wang Dui. În *China antică*, Zhuyou - rugăciunile rostite în scopul vindecării bolilor - conțineau incantații. Explicarea cuvintelor, un dicționar chinezesc antic, explică faptul că "a se ruga înseamnă a rosti incantații". De fapt, într-o carte antică *Treisprezece categorii* de Zhuyou, există un număr mare de incantații.

Cartea Schimbărilor întruchipează un profund înțeles lingvistic. Cele opt trigrame sunt cele mai vechi incantații lingvistice, fiecare dintre ele simbolizând puterea nemărginită a naturii. Qian ☰ (Creativ) și Kun ☷ (Receptiv), de exemplu, sunt simboluri ale respectului nemărginit față de cer și pământ, de aceea sunt denumite Părinți. *Tratatul de observații asupra trigramelor din Yi* spune: "Qian este cerul, conducătorul și tatăl", iar "Kun, pământul și mama". Zhen ☳ este denumit Tunetul; Xun ☴, Vântul; Li ☲, Soarele (Strălucirea); Gen ☶, Muntele; Kan ☵, Apa; Dui ☱, Mlaștina. Într-un cuvânt, cele Opt Trigrame reprezintă opt incantații.

Trigramele din *Cartea Schimbărilor* sunt incantații la cel mai înalt nivel și simboluri ale celei mai vechi civilizații. Ele sunt total diferite de incantațiile cântate de vrăjitoare. *Cartea Schimbărilor* a apărut pentru prima dată sub formă de trigrame, interpretările fiind completate ulterior de regele Wen. Trigramele sunt incantații implicite, în timp ce interpretările sunt explicite. Semnificațiile profunde ale celor opt trigrame sunt toate încorporate în trigrame și fiecare mișcare Yin Yang a naturii, cum ar fi cea de apă-foc, puternic-slab, uscat-umed, este reprezentată în cele opt incantații.

Fiecare dintre cele șaizeci și patru de hexagrame este o incantație și toate sunt, într-un anumit sens, rugăciuni. La fel ca în cazul scripturilor budiste, interpretările acestor simboluri au

implicații nelimitate.

În *Cartea Schimbărilor*, de exemplu, "yuan", "heng", "li", "zhen" sunt folosite frecvent în interpretările multor hexagrame. Aceste patru caractere, în realitate, sunt incantații ale marilor zei, având în ele implicațiile profunde ale unor rugăciuni nobile și corespunzând la "**nan-wu-e-mi-tuo-fo**" ale sectei budiste Jingtu (pământ pur). Dintre cele patru caractere, "yuan" înseamnă mare, originar și abundent; "heng", frumos, de succes și armonios; "zhen", drept. Toate acestea implică faptul că totul este de bun augur dacă "capacitatea excelentă sau Kun se potrivește cu puterea nelimitată a lui Qian și dacă cuprinderea sa este largă și strălucirea sa mare". În cele 386 de interpretări ale celor șaizeci și patru de hexagrame, prezența acestor patru caractere înseamnă "de bun augur", în timp ce contrariul lor înseamnă "de rău augur". În *Cartea Schimbărilor*, de exemplu, Bi (Uniunea) spune: "Există noroc. Dar partea de principiu vizată în ea să se reexamineze, ca prin divinație, dacă virtutea sa este mare, neîntreruptă și fermă. Dacă este așa, nu va fi nici o eroare"; Tai (Pace) spune: "Micul s-a dus și marele vine. Aceasta indică faptul că va fi noroc, cu progres și succes". Aceste exemple vor fi suficiente pentru a arăta implicațiile nobile ale incantațiilor din *Cartea Schimbărilor*. Incantațiile conținute în *Cartea Schimbărilor* sunt, de fapt, rugăciuni de bun augur și urări epigramatice de un nivel superior, care se deosebesc prin natura lor de cele rostite de un număr mic de vrăjitoare, chiar dacă aceste vrăjitoare se folosesc de interpretările trigramelor preluate din *Cartea Schimbărilor*.

La fel ca cele Opt Trigrame, Harta Marelui Terminus (Taiji), Harta He și Scrierea Luo sunt, de asemenea, forme de incantații - sunt incantații condensate despre legea mișcării Yin Yang în natură și întruchipează, de asemenea, implicațiile profunde ale "yuang, heng, li și zhen". Cele patru incantații - yuan, heng, li și zhen - sunt spirite nobile, care se găsesc nu numai în toate tipurile de lucruri, ci și în ființele umane. Cei care posedă aceste incantații divinatorii "au în ei spirite nobile și, prin urmare, spiritele rele pot fi ținute la distanță", demonii și fantomele pot fi speriați și înfrânți în mod natural. Aceasta este puterea supranaturală a acestor incantații.

Scopul acestor patru incantații este același cu cel al budiștilor și taoiștilor, dar este total diferit de jurămintele vicioase ale vrăjitoarelor.

Secțiunea 3. Investigarea sunetelor speciale ale vorbirii: Incantații, limbajul cosmic și limbajul Qigong

Fiecare sunet de vorbire poartă cu el o anumită cantitate de putere. Sunetele speciale ale vorbirii se referă la sunetele produse în circumstanțe speciale, cum ar fi Qigong (un sistem de exerciții de respirație profundă), subconștiența și inconștiența. Aceste sunete speciale sunt în mare parte limbaje purtătoare de putere. Prin limbaje purtătoare de putere se înțeleg sunetele de vorbire ale căror informații energetice depășesc domeniul obișnuit sau sunetele de vorbire produse în circumstanțe speciale. Puterea purtată de astfel de sunete de vorbire, în special de cele care conțin informații vitale, este de obicei mai mare. Limbajele purtătoare de energie se împart în două categorii: limbajul sonor și limbajul fără sunet. Puterea limbajului purtător de putere fără sunet este chiar mai mare decât cea a limbajului sonor. Limbajul purtător de putere este manifestarea unei capacități supranaturale și, prin urmare, poate fi numit și limbaj supranatural.

Fie că este vorba de limbajul Qigong, de limbajul cosmic sau de incantații, sunetele speciale de vorbire ale oricăruia dintre acestea au loc în starea de subconștiință. Limbajul Qigong, limbajul cosmic sau incantațiile sunt toate limbaje purtătoare de putere și transportă o energie mai mare și mai multe informații. Deoarece undele sonore în sine transmit și transformă energia și, mai mult, cu cât frecvența este mai mare, cu atât mai mare va fi puterea, limbajele supranaturale sunt folosite pentru a alunga diavolii, a supune monștrii, a elimina dezastrele, a preveni bolile și a construi corpurile. Deși limbajele supranaturale există de mii de ani, semnificațiile profunde ale acestora rămân și astăzi un mister. Mai multe investigații sunt încă de făcut.

I . Limbajul cosmic

Limbajul cosmic se referă la informația sonoră venită din afara pământului prin intermediul transmiterii și interpretării senzoriale. Se spune că unii oameni pot auzi un fel de sunet care le poate

guverna modul de gândire și acțiunile. Întrucât există alte ființe vii sau înțelepciuni în afara pământului, este posibil ca acestea să trimită unde sonore transmise senzorial către ființele umane de pe pământ. Astfel, nu este o simplă presupunere că ființele umane de pe pământ pot primi astfel de unde sonore. Este adevărat că limbajul cosmic nu trebuie popularizat, nici mistificat, nici făcut iluzoriu sau chiar folosit pentru a înșela oamenii, deoarece limbajul cosmic este, până la urmă, o informație rară de unde sonore, iar sursa sa a rămas până acum un mister. Dar atâta timp cât există ființe vii cu înțelepciune care există în afara pământului, existența limbajului cosmic nu este imposibilă. În prezent, însă, ea rămâne încă o deducție umană. Detectarea unui semnal de ajutor trimis de ființe vii acum cincizeci de mii de ani contribuie la dovedirea posibilității existenței limbajului cosmic.

II . Limbajul Qigong (limbajul purtător de putere)

Limbajul Qigong se referă la tipul de limbaj și sunete de vorbire produse în starea de Qigong. Se împarte în două categorii: una este sunetul de vorbire produs spontan în starea de subconștiință și cealaltă este sunetul de vorbire produs sub influența unei idei. Dintre acestea două, primul este o eliberare de energie și are ca scop direcționarea forței, prin concentrare, către o parte a corpului și, prin aceasta, reglarea câmpului de energie și echilibrarea stării Qi a corpului. Acest lucru explică faptul că, după ce se serbează sunetul, în principal de frecvență joasă, se simte o stare de confort. În plus, sunetele de vorbire spontană sunt bune pentru a induce o funcționare favorabilă a corpului și capabile să îmbunătățească sincronizarea și sistematizarea corpului uman. De asemenea, sunetele de vorbire blânde și de frecvență joasă pot duce la o ușoară rezonanță a organelor și țesuturilor umane și astfel au un efect *masoterapic* asupra organelor interne. Într-un cuvânt, incantațiile de Qigong sunt, în cea mai mare parte, sunete de vorbire de frecvență joasă sau unde secundare, care au o frecvență similară cu cea a organelor umane (4-20Hz). Prin urmare, rostirea incantațiilor dă naștere la o auto-vibrație a organelor umane. (*Liang Hongguang, Funcția incantațiilor pentru corpul uman*) .

Celălalt tip de limbaj de Qigong se referă la sunetele de vorbire purtătoare de putere, în special acele sunete de vorbire purtătoare de putere mai mare, emise de oamenii care posedă Qigong sub influența unei idei foarte concentrate. Acest tip de "limbaj purtător de putere" este caracterizat de concentrarea unei idei și de transportul de energie. Energia provine aici din efectul sintetic al biologiei, al Qi, al electricității, al magnetismului, al undelor și, în special, al informației vitale. Sub influența unei idei puternic concentrate, energia corpului uman poate converge și energia universului poate fi asimilată. Puterea astfel obținută este foarte mare. Acest lucru arată că organismul uman, atunci când se află în stare de subconștiință, este capabil să se deplaseze și să-și transmită energia prin intermediul undelor sonore. Datorită acestui fapt, un maestru de Qigong este capabil să își conducă ideea, sunetul și Qi-ul într-un anumit punct al corpului său. Nu puțini sunt maeștrii de Qigong care, atunci când trimit putere, pronunță "*ha-hei-hong*" sau "*xi-a-hong*", ceea ce are ca efect transmiterea energiei concentrate. Efectul curativ al unei astfel de energii, atunci când este transmisă de la o persoană la alta, este destul de notabil în tratarea unei boli. În afară de maeștrii de Qigong, și alte tipuri de medici, cum ar fi cei care folosesc terapia prin acupunctură și *masoterapia*, se pot folosi, de asemenea, de sunetele vocale purtătoare de putere și energie. Dacă ei pot, în același timp, în timp ce tratează pacienții cu metodele din domeniul lor, să transmită cu mâna sau cu acul energia concentrată pacienților, aceștia vor "obține cu siguranță mai repede energie” și efectul curativ va fi cu siguranță sporit. Limbajul purtător de energie este, prin urmare, un tip de energie sonoră foarte promițător, care urmează să fie dezvoltat.

Diferitele frecvențe din sunetele purtătoare de energie au efecte diferite asupra organismului.
"**yi-**" , de exemplu, are o frecvență joasă, dar un ton ridicat, și astfel aduce Qi în sus, în punctul dintre sprâncene. Astfel, ajută la stimularea creierului și la lărgirea modului de gândire.
"**ha-**", de alt exemplu, are o frecvență intermediară și un volum sonor ridicat. El aduce Qi în piept sau în groapa stomacului, ceea ce face ca inima și plămânii să fie mai energici, iar sângele să circule mai liber.
"**hong-**", apoi, are o frecvență joasă, iar sunetul este greu și viguros. Astfel, Qi va coborî în jos spre

regiunea pubiană, menținând ficatul și rinichii în bună stare.

Într-un cuvânt, sunetele vocale purtătoare de putere au o mare importanță practică și reprezintă miezul și măduva cultivării Qigong-ului. Prin urmare, sunetele de vorbire purtătoare de putere sunt extrem de demne de investigat.

Funcțiile sunetelor de vorbire purtătoare de putere pot fi rezumate după cum urmează:
i. Sunetele de vorbire purtătoare de putere emise în mod repetat de către persoanele purtătoare de putere au de obicei o frecvență joasă și ritmuri regulate, astfel încât sunt înclinate să aducă conștiința persoanelor care primesc puterea sub control indus și să elibereze subconștientul acestora. Acest proces contribuie la stimularea instinctului uman de a ajusta ritmul vieții la rezonanța cosmică, astfel încât negentropia va crește și corpul uman se va dezvolta spre sistematizare. Acest tip de tratament este deosebit de potrivit în special în cazul bolilor cronice afecțiuni cronice de neadaptare.

ii. Sunetele purtătoare de mare putere emise de maeștrii de Qigong sau de persoane cu puteri supranaturale sunt de natură similară cu sunetele infrasonice și, în consecință, ele poartă o energie sonoră mai mare. Aceste sunete pot intensifica activitatea vitală a receptorilor de putere și, astfel, pot fi folosite pentru a trata boli speciale. Sunetele infrasonice se referă la sunetele a căror frecvență este inferioară simțului auditiv sau, cu alte cuvinte, a căror frecvență variază între aproximativ 10^{-4} și 20 Hz. Avantajul sunetelor infrasonice este acela că pot fi transmise pe o distanță superlungă. Cu cât frecvența undelor sonore este mai mică, cu atât atmosfera le absoarbe mai puțin; astfel, atunci când undele sonore infrasonice (de până la 0,1 Hz) sunt transmise în aer, ele scad cel mai puțin.

Atunci când trimite puteri, corpul uman poate produce sunete infrasonice foarte puternice, care pot chiar să străpungă multe obstacole. Ca urmare, informația sonoră vocală a vieții, în special cea purtată în sunetele infrasonice, poate juca un rol foarte important.

iii. Limbajul special purtător de putere, rostit de maeștrii Qigong puternici purtători de putere, cu mulți ani de experiență, sau de maeștrii budiști sau taoiști, poartă informații despre viață care pot produce un efect neobișnuit asupra receptorilor de putere prin reacția asupra informațiilor despre viață ale literei. Efectul limbajului purtător de putere fără sunet sau al incantațiilor fără sunet este cel mai mare, deoarece poartă informații vitale cu energia puternică a unei idei. Cea mai puternică poate salva o viață umană.

S-a raportat că în Brasil, capitala Braziliei, a existat un bebeluș fată cu putere supranaturală. La o lună după ce s-a născut, ea era capabilă să vindece boli cu ajutorul strigătelor sale. Până în prezent, se pare că aproape o mie de pacienți ar fi fost vindecați de bolile lor de către ea. Nici măcar oamenii de știință nu reușesc să înțeleagă de ce și cum. La începutul lunii ianuarie 1989, bebelușul pe nume Maria a izbucnit brusc în plâns în timp ce era botezată. Aproape în același timp, o fetiță care suferea de paralizie infantilă s-a ridicat prompt în picioare și a mers drept spre Maria fără a se sprijini de bastoane. O bătrână, care era așezată cu două rânduri înaintea tinerei, și-a recăpătat vederea după ce suferise de glaucom o bună bucată de vreme. Când s-a dus vestea că strigătele Mariei pot vindeca boli, mulțimi de oameni au venit să-i ceară să le trateze bolile. Din martie 1989, pacienții au venit unul după altul. Aceștia spun că, după ce au auzit strigătele Mariei, bolile lor au dispărut complet a doua zi. (Wu Shaoyun Povești fantastice din întreaga lume. Liaoning Publishing House, 1989, P16).

În ansamblu, sunetele vocale purtătoare de energie nu sunt doar o formă de energie, ci și un fel de informație, adică o informație despre viață transmisă sub formă de energie sonoră, pe care alte forme de energie nu o pot completa. Sunetele de vorbire purtătoare de putere pot fi atât de misterioase în principal pentru că funcționează ca o formă de energie și, cel mai important, pentru că informația de viață este adusă în joc. Incantațiile, la urma urmei, sunt sunete de vorbire care poartă cu ele informația de viață. Ele nu au nimic de-a face cu divinitățile.

III. Incantații

Se spune că incantațiile sau incantațiile Dhahani din Sanskrită sunt limbajul secret al lui

Buddha. Budiștii cred că ea "cuprinde totul", și anume, cuprinde toate meritele și virtuțile și semnificația nemărginită. Respectabilul maestru Binzong a spus: "Incantațiile au o putere misterioasă și incomensurabilă. Deși, de obicei, depășesc înțelegerea umană, cei care persistă în a le cânta cu pioșenie pot ajunge în mod natural să aibă inspirație, să obțină efecte minunate și să realizeze toate meritele și virtuțile de neimaginat. Ele nu numai că pot ajuta pe cineva să se calmeze, să se ferească de dezastre și crime și să sporească înțelepciunea, dar îl pot ajuta și să scape de grijile vieții sau ale morții, astfel încât să atingă starea de Buddha". (*Maestrul Binzong, Explicații ale Sutrei Inimii de Banruoboluomiduo, Xingya Printing Company, P165*).

Incantațiile sunt, de asemenea, denumite limbaj adevărat sau limbaj secret. Ele sunt puteri speciale deținute de budiști și taoiști. Incantațiile (sau Mantra în sanscrită) sunt adevăratul limbaj al sectei secrete a budismului, cuvinte adevărate și fără înțeles. În volumul I din *Da Ri Jing Shu* se spune că "Limbajul adevărat, sau Mantra (sanscrită), înseamnă cuvinte adevărate, și nu cuvinte absurde sau ciudate". Formulele lapidare ale taoiștilor și imnurile musulmanilor intră în categoria incantațiilor. Incantațiile sunt clasificate în două tipuri: vorbite și nevorbite. Dintre acestea două, cea din urmă este mai puternică. În unele religii se crede că incantațiile pot fi folosite pentru a supune monștrii, a elimina dezastrele și a-i face pe oameni să trăiască o viață mai fericită și mai lungă. Prin urmare, incantațiile sunt sunete de vorbire purtătoare de putere, de o putere mai mare și mai puternică, mai degrabă decât simple unde sonore. Așa cum spune profesorul Xie Huanzhang, ”Incantațiile au proprietăți fizice, fiind capabile să producă unde sonore infrasonice și astfel să crească puterea cuiva".

Incantațiile pot fi împărțite, în funcție de funcțiile lor, în două feluri: una care aduce daune și una care aduce beneficii. Budiștii au incantații care ar trebui să evite dezastrele, să sporească fericirea, să întărească puterea și să supună monștrii. Se spune că incantațiile vicioase pot aduce boala sau chiar moartea asupra ființelor umane. La intrarea în mormântul imperial al lui Tutankamen, de exemplu, există aceste cuvinte scrise: "Catastrofa se abate asupra oricui îndrăznește să-l jignească pe faraon". Ca urmare, toți groparii care au încercat să intre în acest mormânt au murit fără să știe de ce.

Atât budiștii, cât și taoiștii pun accentul pe autocultivare și incantații, deoarece acest lucru îi poate ajuta să se retragă rapid într-o stare de liniște. Incantațiile taoiste și budiste sunt, de fapt, *sutre* secrete. Secta Jingtu a budismului, de exemplu, are o formulă lapidară cu șase caractere: **nan-wu-e-mi-tuo-fo**, care, după ce este cântată de sute de mii de ori, poate duce de la schimbarea cantitativă la schimbarea calitativă. Numai în acest fel se poate obține rezultatul dorit. În ceea ce privește relația dintre *sutre* și incantații, Xinjing (Sutra Inimii) din Sutrele budiste explică faptul că "Sutrele și incantațiile au fost inițial același lucru. Fie că sunt explicite sau implicite, nu există o mare diferență între ele. Așadar, explicit este implicit; implicit este explicit; *Sutra* este incantație; incantația este *sutra*; *sutra* este incantație explicită; incantația este *sutra* implicită. Însușirile explicite întruchipează beneficiile incantațiilor implicite; incantațiile implicite explică, de asemenea, semnificațiile profunde ale incantațiilor explicite. Astfel, se știe că semnificațiile profunde ale tuturor *sutrelor* sunt incluse în incantații, iar beneficiile implicite ale incantației sunt întruchipate în mod excepțional în rostirile explicite". Budiștii cred că toate incantațiile divinatorii sunt cuvinte secrete ale lui Buddha, ale căror minuni nu pot fi înțelese și, prin urmare, al căror secret nu poate fi interpretat sau explicat.

Într-un cuvânt, incantațiile buddiștilor și taoiștilor sunt în primul rând cele rostite din adâncul inimii, și anume rugăciunile cântate în scopul exprimării unei pietăți interioare. Cei care rostesc mai multe incantații se pot "purifica de cele șase rădăcini ale răului", astfel încât să poată intra în starea de Buddha sau de nemurire. Prin urmare, rostirea de rugăciuni este de fapt "barca" luată de budiști pentru a ajunge pe celălalt țărm. Să luăm, de exemplu, incantațiile **Ban-ruo-bo-bo-luo-mi-duo-xin-jing**, care includ patru rânduri sau optsprezece cuvinte chinezești: **jie-di, jie-di, bo-luo-song-jie-di, pu-ti-suo-po-he** (Treceți, treceți, treceți pe celălalt țărm; fie ca toate masele să treacă pe celălalt țărm și să ajungă rapid să atingă starea de Buddha).

"**Ban-ruo-bo-luo-mi-duo-xin-jing**", care constă în doar 260 de cuvinte, este una dintre cele mai importante și mai respectate *sutre* ale budismului chinez, care este cartea atotcuprinzătoare

pentru a elibera toate creaturile vii de chinuri, astfel încât să atingă starea de Buddha. Cele optsprezece cuvinte din finalul *Xinjing*-ului sunt incantații secrete, iar incantațiile aparțin unui limbaj secret. Buddha s-a folosit foarte des atât de cuvinte explicite, cât și implicite. Secretul incantațiilor se numără printre cele cinci lucruri care nu pot fi interpretate.

Incantațiile **Ban-ruo-bo-luo-mi-duo** includ *Incantația Marii Divinități*, *Incantația Marii Străluciri*, *Incantația Supremă* și *Incantația Fără egalitate*. Aceasta îi poate face pe oameni să recunoască falsitatea și să atingă starea de Budda. Budiștii cred că "incantațiile, deși, ininteligibile, săvârșesc minuni incomensurabile, iar practicantul care le cântă cu pioșenie și din toată inima va obține, în cele din urmă, inspirație spontană și efecte minunate, și va realiza merite și virtuți de neimaginat - pe de o parte, ele pot contribui la a-l face calm, la eliminarea relelor și la îmbogățirea înțelepciunii sale; pe de altă parte, îl pot ajuta, de asemenea, să scape de grijile legate de viață și de moarte, astfel încât să atingă starea de Buddha. "Incantațiile divinatorii, al căror secret este ininteligibil, funcționează în felul în care funcționează o goarnă în armată. Adică, atunci când ordinul este dat de goarnă, toată lumea se supune fără să pună întrebări, deoarece sunetul este cel care funcționează, nu interpretarea". Incantația de optsprezece cuvinte exprimă preocuparea profundă a lui Buddha și Bodhisattva pentru toate creaturile vii. (*Maestrul Binzong. Explicații ale Sutrei Inimii din Ban-ruo-bo-luo-mi-duo Xuigya Printing Company P159.171*).

Pentru un alt exemplu, în budism, *Incantația Inimii* "**nan-wu-e-mi-tuo-fo**" a sectei Jingtu și *Cuvintele Adevărate* "**siu-li-siu-li-li-mo-he-siu-li-li-siu-li-li-suo-po-he**" (Sensul: *Namas Simpatic Bodhisattva Guanyin, te rog să izbăvești toate creaturile vii de chinuri*) ale sectei Jingkou sunt o manifestare de pioșenie față de Buddha și o rugăciune rostită cu scopul de a salva toate creaturile vii, astfel încât ele diferă ca natură de incantațiile vrăjitoarelor.

Incantațiile taoiste sunt în mare parte cuvinte adevărate și formule lapidare. Cuvintele adevărate taoiste *Neidan Gong* (Gongul pilulelor integrale ale nemuririi), de exemplu, constau într-un poem de patru rânduri:

> După ce se vede prin afacerile lumii se devine calm,
> Fără să se îngrijească de sine, nici de influența celorlalți.
> Încercând să te convingă să nu-l tratezi ca pe un lucru obișnuit.
> Atunci o strălucire miraculoasă va veni la tine însuți.

Ca și incantațiile budiștilor, incantațiile taoiste sunt, de asemenea, rugăciuni nobile.

În plus, *Cântecul Dingqi* din *Armonia* din *Cartea Schimbărilor* este, de fapt, o incantație pentru fabricarea *pastilelor de nemurire*. Printre ele se numără cuvintele: Îndemnul de a face o magie: Yin este deasupra, Yang coboară, cu foc fierbinte la început și la sfârșit și foc moale la mijloc. Apoi, focul Yin este alb. Pastilele nemuririi făcute din plumb pot ajunge la cele șapte Qiaos (de exemplu, urechea, ochiul, nasul etc.), întărindu-ți astfel corpul. Cultivarea cu pioșenie a dispoziției tale te poate ajuta să fii atent la o situație fără distrageri, astfel devii blând, iar apoi ești în siguranță. Asigurați-vă că intrați și ieșiți fără să ieșiți pe ușă. Crescând, îți aprofundezi puritatea și onestitatea. Concentrează-te asupra lucrurilor care se fac, apoi devii tu însuți. A face să circule Qi-ul original în corpul tău o dată pe zi necesită o muncă asiduă. Păzește Zhen Qi (Qi adevărat) din corpul tău și încearcă să rămâi sobru, deoarece ai un drum lung de parcurs până la "locul liniștit și retras". Dacă veți atinge acest obiectiv, veți putea înțelege adevărul vieții umane. Făcând cu plăcere acest lucru, puteți găsi rădăcina, studia cu atenție cele cinci elemente (bu-shi, chi-jie, ren-ru, jing-jin, zhi-guan), determinați cantitatea. Gândiți-vă bine, fără discuții, păstrați-o în inimă și nu o spuneți altora. În afară de toate acestea, incantațiile divinatorii ale budiștilor și taoiștilor includ și unele incantații pentru eludarea catastrofelor, pentru creșterea fericirii, pentru supunerea monștrilor și pentru întărirea puterii etc. Iată zece incantații minore preluate din "marea trăsură" cântată pentru a elimina catastrofele și a aduce noroc: xiang-mo-san-man-duo, mu-tuo-nan, a-bo-luo-di, he-duo-she, suo-xiang-nan, heng-zhi-ta-an, qie-qie, qie-si, qie-si, mou-mou-ru-fu-luo-ru-fu-fu lou, bo-luo-ru-fu-ruo, bo-luo-ru-fu-luo, di-se-zha, di-se-zha, se-zhi-li, se-zhi-li, suo-yi-tuo, suo-yi-tuo-ahan-di-jia, shi-li-ye, și suo-fu-he.

Fo Tian Zhun Ti Fo Tian Zhun Ti (Incantație divinatorie):

Nan-wu-sa-duonan

Ju-di-nan
An
Zhun-ti-suo-po-he-zhou
San- miaosan-pu- tuo.
da-zhi-ta
zhe-li-zhu-li

Seven Buddha Mie Zui (Cuvinte adevărate):

Li-poli-po-di
Tuo-luo-ni-de
Bi-li-ni-di
Zhen-ling-qian-di
qiu-he-qiu-he-di
ni-he-luo-di
mo-he-jia-di
sha-po-he

Incantația budistă Leng-yan este formată din două mii de cuvinte; *Incantația Marii Simpatii* este compusă din optzeci și patru de propoziții, printre care se numără următoarele :

Nan-wu, he-luo-tan-na, duoluo-ye-ye.
Nan-wu, a- li-ye, po-Ju-jie-di, shuo-bo-luo-ye.
Pu-ti-sa-chui-po-ye, mo-he-sa-chui-poye.
Mo-he-jia-lu-ni-jia-ye, an, sa-shuo-luo-ja-ye, shu-tan-xie ....

Atunci când se cântă *Incantația Marii Simpatii*, ar trebui mai întâi să se spună "Guan-shi-yin Bodhisattva, cu o mie de mâini, o mie de ochi și o inimă nemărginită, perfectă, neobstrucționată și extrem de simpatică Tuo-luoni" o dată și apoi să se cânte *Incantația* de trei ori, sau de cinci ori, sau de șapte ori, sau de nouă ori, sau de patruzeci și nouă de ori, sau chiar de mii de ori. Când se termină incantația, trebuie spus: "Numele extrem de simpatic Guan-shi-yin Bodhisattva" de cel puțin trei ori. Se poate cânta, după bunul plac, de zece ori, de o sută de ori, de o mie de ori sau de zece mii de ori. *Incantația Marii Simpatii*, cântată de sute de mii de budiști, reprezintă optzeci și trei de Bodhisattva. Budiștii susțin că *Marea Incantație a Simpatiei* are ca efect aducerea fericirii, prelungirea vieții, evitarea dezastrelor și eliminarea crimelor.

Incantația Secta secretă; purtând semnificația de a-i îmbrățișa pe toți reprezintă trei Buddhas: Buddha Da-bian-xhao, Buddha Wu-liang-shou și Buddha A-jie. Scopul este, așadar, de a se baza pe virtuțile și puterile celor trei Buddha, chemându-i din adâncul inimii și de a intra cât mai repede în starea sănătoasă și deblocată. *Incantația cu șase caractere a Marii Strălucir a Bodhisattva Guan-shi-yin* - an, ma, ni, ba, mi, hong - este, de asemenea, concepută ca o rugăciune către Bodhisattva Guan-shi-yin. Scopul este, în mod similar, de a avea o afinitate reciprocă cu Bodhisattva și de a ne baza pe marile virtuți ale Bodhisattvei, astfel încât obstacolele să poată fi îndepărtate de pe cale și lumea budistă a Nirvanei să poată fi realizată.

În concluzie, fiecare incantație, fie că este vorba de *Marea Simpatie*, *Marea Strălucire* sau *Zongchi*, este o rugăciune pioasă către toți Bodhisattva și Buddha. Rugăciunea rostită servește, de fapt, ca o "mare barcă" pe care toți budiștii trebuie să o ia pentru a traversa marea suferințelor și ca "mare trăsură" pe care toți budiștii trebuie să o ia în drumul lor spre Nirvana budismului.

Zhuyou (tratarea bolilor prin rugăciune) și incantații.

Zhu, în antichitate, era folosit pentru a se referi la vrăjitori. Potrivit lui *Zhouli Chunguan*, Șeful Zhu se ocupa de cuvintele celor șase tipuri de Zhu. Zhu însemna, de asemenea, incantație. În *Jiyun*, Zhu este scris ca Zhou sau Zhouzhou.

Medicina antică își are originea în vrăjitorie și, în consecință, în procesul de dezvoltare medicală, medicina și vrăjitoria au coexistat o perioadă destul de lungă de timp. *Zhoyou* este o ramură a învățării care cuprinde atât vrăjitoria, cât și abilitățile medicale. MTC a dezvoltat în principal aspectul psihologiei Zhuyou. Așa cum scrie în Canonul de medicină al împăratului:

"Huang Di a întrebat, am învățat că, în antichitate, oamenii tratau bolile prin schimbarea energiei și modificarea Qi-ului din corp. Cu alte cuvinte, ei tratau bolile doar prin Zhuyou. În zilele noastre, însă, oamenii tratează bolile interne folosind medicamente și bolile externe folosind ace de piatră, dar numai unele sunt vindecate, în timp ce altele nu sunt ... De ce?". Qibo a răspuns: "Oamenii din vechime trăiau printre păsări și fiare. Ei acționau pentru a elimina frigul și locuiau în peșteri pentru a se adăposti de căldură. Ei nu aveau familii de întreținut și nici funcționari de ascultat. Era o lume calmă și pașnică, iar răul nu pătrundea adânc în interior. De aceea, medicina nu putea vindeca bolile interne, și nici bolile externe cu un ac de piatră. Acesta este motivul pentru care oamenii puteau vindeca bolile prin schimbarea energiei și rostirea Zhuyou-ului. Lumea de astăzi este diferită: grijile rămân în interior, în timp ce greutățile și suferințele rănesc în exterior. În același timp, oamenii trăiesc în dezacord cu cele patru anotimpuri și se luptă cu căldura și frigul. Vântul rece suflă foarte des și relele vin zi și noapte. În interior, organele și măduva sunt bolnave; în exterior, deschiderile și pielea sunt rănite, astfel că afecțiunile se vor agrava și bolile grave vor duce la moarte. Drept urmare, Zhuyou nu le mai poate vindeca. Toate acestea arată clar că Zhuyou este o terapie spirituală și psihologică. Adevărul este că oamenii din vechime "nu aveau persoane dependente de familie pe care să le întrețină și nici funcționari cărora să li se supună. Era o lume calmă și pașnică, iar relele nu pătrundeau adânc în interior ...., astfel încât oamenii puteau vindeca bolile prin schimbarea energiei și rostirea Zhuyou", dar astăzi, "grijile rămân în interior .... și Zhuyou nu le mai poate vindeca. Asta dovedește că, deși Zhuyou este o psihoterapie, are un efect limitat asupra pacienților.

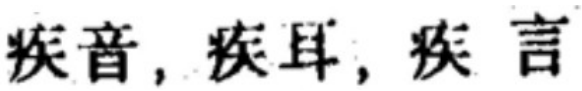
În rândul popoarelor antice, Zhuyou era folosit ca rugăciuni și incantații. Denumită Zhuyou, Zhoujin, Shujin, Jinke etc., Zhuyou a fost continuarea coexistenței vrăjitoriei și a abilităților medicale. În *Shanhaijing*, se găsesc înregistrări despre vraci. Se spune, de exemplu, că pe Muntele Ling există zece tipuri de vrăjitori: wuxian, wuji, wupan, wupeng, wugu, wuzhen, wuli, wudi, wuxie și wuluo. Ei urcă și coboară pe acest munte unde cresc sute de ierburi medicinale (*Da Huang Xi Jing in Xuan yuan Beiji Medical Zhuyou Treisprezece ramuri*, se spune că strămoșii noștri din Epoca Arhaică au transmis treisprezece ramuri de studiu medical, dintre care una este Zhuyou. Zhuyou se referă la ceea ce a fost transmis în secret în familia Xuanyuan pentru tratamentul tuturor tipurilor de boli ale bărbaților și femeilor, adulților și copiilor. Bolile care nu puteau fi vindecate doar cu medicamente sau acupunctură erau tratate în același timp cu Zhuyou, care s-a dovedit a fi eficient și capabil să alunge relele și să supună demonii. A fost numit Zhuyou. Literal, Zhu înseamnă "rugăciune" și You înseamnă "motiv") deoarece pacienții se rugau la cer și spuneau motivele pentru bolile lor. Toate acestea arată că un alt motiv pentru dezvoltarea Zhuyou a fost faptul că a fost folosit sub formă de rugăciuni și incantații pentru tratarea bolilor.

În China antică, Zhuyou includea incantații cântate la apă, cerneală, caractere și picturi. Oamenii cu o mare putere puteau să transmită informații prin apă, cerneală, caractere și picturi și să creeze astfel efecte speciale.

În prezent, au fost efectuate experimente pe animale pentru a studia efectul apei de informare și s-a constatat că apa de informare, atunci când este băută de șoareci mici, poate crește imunitatea acestora împotriva bolilor. Grupul de cercetare științifică și cooperare în domeniul Qigong al Universității Qinghua, Beijing, a făcut o analiză a componentelor apei după ce Yan Xin, un maestru de Qigong, i-a trimis energie, și a descoperit că aceasta s-a transformat într-o nouă materie, structura apei schimbându-se foarte mult. Acest studiu arată că informația Qi poate fi transmisă pe distanțe mari nu numai prin aer, ci și prin lichide și solide. Astfel, la fel ca în explicația budiștilor privind efectul "apei pure", oamenii pot obține, într-o măsură mai mult sau mai puțin diferită, informații atâta timp cât beau "apă informațională" sau ating o "substanță informațională". Acest lucru arată că există posibilitatea de a obține informații, fie direct, fie indirect, și, prin urmare, necesită o investigație mai aprofundată a artei străvechi a lui Zhuyou. Desigur, Zhuyou ar trebui să fie separat de simbolurile imaginare sau de apa de incantație, care sunt adesea folosite în mod superstițios pentru a înșela oamenii și sunt destul de imorale și contrare principiilor practicii medicale.

Secțiunea 4. Sunetul vorbirii: Știința medicinei tradiționale chinezești

Încă din timpul dinastiei Shang și dinastiei Yin, oamenii din China erau deja conștienți de faptul că sunetele provoacă boli. Printre inscripțiile de pe oase sau carapace de broască țestoasă descoperite în Ruinele Yin, de exemplu, se regăsesc cuvinte precum:



(cele trei nume originale ale bolilor recunoscute de medicii antici referitoare la bolile gâtului, ale urechilor și ale vorbirii)". *Pivotul spiritual: You Hui Wu Yan*, scrisă în secolul al II-lea î.Hr. expune structura și organismul aspectului sonor al corpului uman. În el se spune: "gâtul ajută respirația să urce și să coboare, epiglota este ușa pentru a lăsa sunetul să iasă; buzele sunt ventilatoarele pentru a sufla sunetul; limba este cheia sunetului vorbirii ... "

Cele opt trigrame din *Cartea Schimbărilor* sunt primele care menționează cele cinci note ale scalei chinezești antice de cinci tonuri: jue, zhi, gong, shang și yu. Dintre cele Opt Trigrame, Zhen (tunet. Putere excitantă) și Xun (Penetrare blândă) reprezintă nota "**jue**" sau nota de înaltă frecvență; li (Agățător), nota "**zhi**"; Kun (Receptiv, odihnindu-se în fermitate) și Gen (Munte, oprind mișcarea), nota "**gong**", sau sunetul de joasă frecvență; Qian (Creativ), nota "**shang**"; și Kan (Groapa primejdioasă) și Dui (Bucurie, plăcere), nota "**yu**". În *Canonul de medicină al împăratului*, cele cinci note sunt potrivite una câte una cu cele cinci organe interne (inima, ficatul, splina, plămânii și rinichii), iar fiecare notă reprezintă un simbol pentru unul dintre cele cinci organe, așa cum se arată în tabelul 26-1.

Trigrame	Zhen, Xun	Li	Ken, Gen	Qian	Kan, Dui
Cinci elemente	Lemn	Foc	Pământ	Metal	Apă
Cinci note	jue	zhi	gong	shang	yu
Cinci organe interne	ficat	inimă	splina	plămân	rinichi
cinci sunete	cântat	râs	tânguială	plâns	geamăt
Frecvență audio	lungă și înaltă	înaltă și ascuțită	accentuată și vocalizată	puternică și zgomotoasă	joasă și adâncă

Tabelul 26-1. Cele cinci note ale celor opt trigrame corespund celor cinci organe interne

Canonul de Medicină al Împăratului, o carte despre MTC, acordă o mare importanță celor cinci note. Această carte acordă o atenție deosebită relației dintre note și organele interne și prezintă teoria potrivit căreia cele cinci note se potrivesc cu cele cinci organe interne, ceea ce este de mare valoare pentru diagnosticarea diferitelor boli. Într-un cuvânt, *Canonul de Medicină al Împăratului* asociază cele cinci note cu știința medicală și aplică acest lucru la explicarea patologiei în MTC și la diagnosticarea bolilor. *Canonul de medicină al împăratului* a adus o mare contribuție la știința medicală.

I . Bazele teoretice ale celor cinci note care corespund celor cinci organe interne

MTC susține că sunetul provine din laringe, care este deschiderea și focarul de încărcare a plămânilor. Respirația (Qi) este forța motrice a sunetului, iar plămânii sunt însărcinați cu trimiterea respirației. Rinichii își asumă sarcina de a aduce respirația înăuntru. Apoi, respirația iese prin laringe și este manipulată de dinți, limbă și buze și astfel se produce sunetul. De aceea, noi spunem că plămânii sunt sursa sunetului, în timp ce rinichii sunt rădăcina sunetului. În plus, plămânii sunt sursa de Zhong Qi. Conform *Pivotului spiritual: Xieke*, "Zhong Qi se adună în piept și iese prin laringe". Un Zhong Qi suficient, prin urmare, este condiția indispensabilă pentru producerea sunetului. În afară de aceasta, splina și stomacul sunt locuri de unde provine Zhong Qi. Numai atunci când Zhong Qi urcă poate fi produs sunetul. Ficatul, deci, se ocupă de eliberare și, prin

urmare, joacă un rol în deschiderea și închiderea glotei. Inima controlează fluxul de sânge. Atunci când sângele și Qi curg fără probleme, plămânii (spațiul de depozitare a sunetului) sunt hrăniți de sângele care curge și atunci poate fi produs sunetul. După cum se poate observa din toate acestea, cele cinci organe solide sunt toate strâns legate de producerea sunetului. Energia abundentă a celor cinci organe solide este, așadar, cerința fundamentală pentru ca sunetul să fie normal. Așa cum spune *Ren Zhai Zhi Zhi Fang*: "În ceea ce privește sunetul, inima este forța principală; plămânii, ușa; iar rinichii, rădăcina".

În ceea ce privește meridianele, cele direct legate de laringe sunt meridianul plămânilor de la mână-Taiyin, care traversează laringele de la Plămâni până la subsuori; meridianul inimii de la mână-Shaoyin, care urcă pentru a controla faringele; și meridianul rinichilor de la picior-Shaoyin care trece pe lângă laringe. Cu alte cuvinte, energia plămânilor, a rinichilor, a inimii și a ficatului trec toate direct prin laringe. În plus, meridianul intestinului gros al mâinii-Yangming, meridianul stomacului și al piciorului-Yangming și meridianul splinei și al piciorului-Taiyin, toate se deplasează îndeaproape prin laringe. Dintre cele opt meridiane suplimentare, meridianul Ren trece prin laringe, iar meridianul Chong iese din laringe. Meridianul Ren și meridianul Chong se întâlnesc la nivelul laringelui. *Pivotul spiritual: Xie Qi Zang Fu Bing Xing* spune: "energia, care circulă prin cele douăsprezece pasaje și trei sute șaizeci și cinci de canale subsidiare, toate urcă până la față și apoi ies prin deschideri. Qi-ul viguros Yang urcă spre ochi, în timp ce celălalt Qi merge spre ureche". Acest lucru arată că laringele este intim legat de organele interne și de meridianele corpului uman. Deoarece laringele este organul cavitar important al sunetului, este clar că sunetul este strâns asociat cu organele interne și cu meridianele.

II . Semnificația clinică a celor cinci note care corespund celor cinci organe interne

i. Diagnosticarea bolilor prin aprecierea puterii organelor interne prin intermediul sunetului

Sunetul este semnalul trimis de cele cinci organe solide. Prin urmare, schimbarea sunetului este unul dintre simptomele importante ale bolii. Așa cum problema unei mașini în funcțiune poate fi examinată prin ascultarea sunetului pe care îl emite, tot așa problema unui corp uman poate fi găsită în funcție de o schimbare de sunet.

O modificare a volumului, a duratei și a tempo-ului sunetului dă în avans mesaje despre puterea și slăbiciunea organelor interne. În general, un sunet viguros arată forța acestora, în timp ce un sunet slab arată slăbiciunea lui. La fel ca și *Întrebările simple: Mai Yaojing Wei Lun* spune: "faptul că cineva vorbește slab și se repetă toată ziua arată că pierde Qi (energie)". Având în vedere acest lucru, atunci când cineva vorbește slab și se repetă adesea, acesta este semnul pierderii de energie, în special, al slăbiciunii rinichilor. Deoarece rinichii sunt sursa originară a sunetului, atunci când rinichii sunt slabi, energia nu poate fi trasă în sus și se vorbește slab și se repetă.

În plus, sunetul reflectă starea Zhong Qi, care se dezvoltă din inimă și plămâni, se acumulează în piept și urcă pentru a ieși pe trahee. Prin urmare, Zhong Qi este intim legat de puterea și slăbiciunea vorbirii, a sunetului și a respirației. Atunci când Zhong Qi este slab, atunci vorbirea este joasă și slabă și este dificil de produs succesiv. În practica clinică, de exemplu, vorbirea joasă, slabă și dezarticulată este foarte adesea considerată ca un avertisment al unei boli toracice, inclusiv ceea ce în medicina modernă se numește boală coronariană și sechele ale miocarditei. Așadar, este foarte corectă zicala conform căreia "inima este forța principală, iar plămânii, ușa".

Canonul de medicină al împăratului a consemnat deja cazuri practice care pot fi diagnosticate cu ajutorul sunetelor. De exemplu, *Întrebări simple: Despre canale și puls* spune: "Motivul pentru care sunetul pare slab este că Zhong Qi este tulburat de influențe nesănătoase ale mediului". În ansamblu, odată ce organele interne au mers prost, informația patologică se realizează prin sunet. Când sunetul este lent, pacientul are probleme cu splina; când sunetul este greu, pacientul are probleme cu rinichii; când sunetul este rapid, pacientul are probleme cu plămânii; când sunetul este înalt, pacientul are probleme cu inima; când sunetul este mohorât, pacientul are probleme cu ficatul. Schimbarea sunetului reflectă starea fizică a organelor interne. *Sinopsis al Camerei de Aur: Condițiile pulsului și canalele Zang Fu* spune. "Atunci când un pacient vorbește

încet și îi place să strige alarmat, el are o boală la nivelul articulațiilor oaselor. Când vorbește incomplet, cu o voce răgușită, el are o boală în inimă. Când trage cu o voce ascuțită, are o boală la cap." Canonul de medicină al împăratului spune: ”pacientul care are probleme cu vezica biliară oftează mult". Aceste citate pot dovedi că sunetul vehiculează informații patologice despre organele interne.

ii. Semnificația clinică a sunetelor neregulate pentru diagnosticul bolilor

Atunci când sunetul rostit devine răgușit după o lungă perioadă de boală, sugerează că energia organelor interne a ajuns la final și că se vor abate nenorociri asupra pacientului. Un instrument muzical cu șapte corzi ciupite va deveni răgușit atunci când instrumentul se va rupe. În mod similar, atunci când organele interne vor ceda, sunetul lor va fi întrerupt. Pierderea și deteriorarea energiei plămânilor, de exemplu, va cauza daune vocii ca niște gonguri sparte care nu mai sună. Așa cum spune *Canonul de medicină al împăratului*: "O coardă scoate un sunet răgușit atunci când se va rupe; un copac își pierde frunzele atunci când este putred; o boală devine una gravă atunci când o persoană scoate un sunet de vomă". (*Întrebări simple: Shi Ming Quan Xing Lun*). Bian Que, un medic faimos din China antică, spunea: "dacă cele cinci organe solide ale unui pacient au rămas fără energie și concentrarea li s-a pierdut, pacientul va muri atunci când sunetul său devine răgușit". Este suficient pentru a arăta că o voce răgușită, după o lungă perioadă de boală, este într-adevăr un semn de rău augur.

Medicina modernă susține că o voce răgușită este un semnal de cancer în stadiu incipient. Pentru persoanele de peste 40 de ani, inclusiv pentru cele în vârstă, dacă o voce răgușită se menține succesiv mai mult de două săptămâni fără motive evidente, cancerul la gât poate sta ascuns acolo. În plus, întrucât fluxul regulat de energie este întârziat, bolile grave de inimă și de rinichi pot duce la apariția unui edem al gâtului, care, la rândul său, poate provoca, de asemenea, apariția unei voci răgușite. Într-un cuvânt, apariția unei voci răgușite dezvăluie gravitatea bolii și prevestește venirea unor nenorociri. Prin urmare, clinicienii trebuie să fie vigilenți.

Atunci când nimic nu s-a întâmplat cu corzile vocale, o voce ciudată este foarte adesea simptomul unei endocrinopatii. Dacă un bărbat are o voce de copil, trebuie luată în considerare funcționarea deficitară a mai multor glande. Dacă un bărbat adult are o voce ascuțită, acută, aceasta sugerează adesea că bărbatul suferă de *criptorhidism*, hermafrodit, testicule subdezvoltate congenital sau *orhită* (inflamația unuia sau a ambelor testicule). În cazul unui pacient cu testiculele îndepărtate, trebuie suplimentați hormoni masculini suplimentari.

Atunci când o femeie vorbește cu o voce de bărbat, se spune că este masculinizată. Într-un astfel de caz, ar trebui să se considere că femeia suferă de subdezvoltare congenitală a ovarelor, hermafrodit sau de alte boli ale ovarelor, cum ar fi o tumoare, tuberculoză și inflamație, deoarece toate aceste boli pot duce la un nivel scăzut de hormoni feminini. Dacă, de exemplu, pacienta primește hormoni masculini pentru a trata o boală, ea ar trebui să ia mai puțini sau deloc pentru a evita să fie rnasculinizată.

iii. Valoarea diagnostică a afoniei

Afonia poate fi clasificată în două tipuri: Qiaobi și Neiduo. Qiaobi se referă la un pacient puternic din punct de vedere fizic care face febră, etc. Neiduo se referă la bolile cronice marcate de deficit de energie vitală. Prima aparține bolilor pulmonare, în timp ce a doua aparține deficienței renale. Rinichii sunt sursa originară a sunetului, în timp ce plămânii sunt semnul exterior.

Afonia este semnificativă în prezicerea problemelor la plămâni și la rinichi. *Întrebări simple: Max Jie Pian* spune: "Dacă o persoană leșină mai întâi din cauza Neiduo și apoi devine mută, totul se datorează deficienței renale". Afonia de Neiduo se mai numește și mutenie, care apare adesea împreună cu paralizia brațelor și a picioarelor. Un astfel de caz se mai numește și paralizie-mută, o boală gravă a deficienței renale, sau simptomele primare a ceea ce în medicina modernă se numește *angiom cerebral*, tumoare cerebrală, abces cerebral și sifilis nervos. Într-un cuvânt, afonia din Neiduo este de cele mai multe ori un semnal de rău augur al epuizării organelor interne, care prevestește venirea unor nenorociri. După cum se spune în *Introducere în medicină*: "În ceea ce

privește tulburarea organelor interne, afonia ca urmare a ulcerațiilor cutanate este incurabilă și când Yin și Yang au fost amândoi epuizați și vorbirea a fost pierdută din cauza afoniei, atunci, pacientul va muri în trei zile și jumătate.

Afonia Qiaobi privește în principal plămânii. Așa-numitul "Metal Solid nu scoate niciun sunet" este de obicei cauzat de factori externi. La fel ca *Întrebările simple: Qi Jiao Hian Hian Da lun* spune: "Într-un an, nu a fost suficient foc, așa că predomina răceala. Oamenii s-au îmbolnăvit și au devenit teribil de proști.

III. Semnificația diagnostică a grețurilor, Zhengsheng și Zhanyu (Vorbire delirantă)

Prin greață se înțelege sughițul. Un pacient care suferă de o boală pentru o perioadă lungă de timp este cuprins de groază la apariția grețurilor la el însuși. *Canonul de medicină al împăratului* i-a avertizat deja pe oameni: "când o boală a depășit limitele vindecării, pacientul are de obicei grețuri". *Întrebări simple: San bu Jiu Hou lun* spune de asemenea: "Când o boală pătrunde adânc în organele interne, ea prevestește venirea nenorocirilor. De asemenea, este de rău augur faptul că sughițul apare la capătul extrem al unui atac brusc, având ca simptom major o temperatură ridicată a corpului. *Pivot spiritual: Re Sing* spune că "atunci când apare o astfel de boală, există nouă cazuri în care nu se poate folosi acupunctura. Primul și cel mai important este situația în care pacientul nu are transpirație și obrajii săi devin roșii. Dacă îi este și greață, va muri".

De altfel, greața prevestește și oboseala rinichilor. Dacă greața este cauzată de deficiența rinichilor, ea se numește "greață de colaps", care arată rău augurul deficienței Qi-ului originar. "Greața de colaps" este greu de controlat dacă nu se administrează tonice (tratament de diagnostic diferențial). Ea este și mai amenințătoare atunci când apare după ce s-a născut un copil. Standardul pentru diagnostic și tratament spune, de exemplu, că "sughițul postpartum este un semn de rău augur".

Medicina modernă susține că sughițul este asociat cu otrăvirea sau inflamarea sistemului nervos central. Deseori apar manifestări clinice grave, cum ar fi: cerebrite, meningită, tumoare cerebrală, hemoragie cerebrală, tromboză cerebrală, boala de consum a măduvei spinării, rabie, tetanos și toxemie infectată. Când greața apare în stadiul tardiv al unei come hepatice și al unei uremii, ea este mult mai amenințătoare.

i. Semnificația diagnostică a Zhengsheng

Apariția lui Zhengsheng are o mare semnificație diagnostică pentru bolile mortale. Prin Zhengsheng se înțelege cazul sunetelor de vorbire repetate, joase și dezarticulate, care apar atunci când viața pacientului este în pericol, iar pacientul însuși este dereglat mintal. Zhengsheng este semnul de rău augur al slăbiciunii organelor interne. *Tratatul despre bolile febrile exogene* (Zhang Ji, secolul al III-lea), de exemplu, subliniază în *Yangming Pian* că "dacă se întâmplă unui pacient puternic din punct de vedere fizic, aparține vorbirii delirante; dar dacă boala este marcată de deficiența energiei vitale, trebuie să fie Zhengsheng". Cu alte cuvinte, indică natura lui Zhengsheng. Fie că apare din cauza lipsei de Yin sau a lipsei de Yang, Zhengsheng este un semn periculos și amenințător. Dacă Zhengsheng apare într-un moment în care mâinile și picioarele sunt reci, fața devine palidă, pacientul transpiră abundent, respirația slabă și pulsul este slab, atunci este un semn de rău augur al lipsei de Yang. Pe de altă parte, dacă apare atunci când fața este umedă, pielea, este încrețită și fierbinte, limba este roșie, pacientul are respirația scurtă și pulsul se simte slab, este un semn periculos de lipsă de Yin.

ii. Semnificația diagnostică a lui Zhanyu și Wangyan

Zhanyu, sau vorbirea delirantă, apare atunci când cineva delirează și are o temperatură corporală ridicată. De exemplu, la punctul două sute douăzeci din *Tratatul despre bolile febrile exogene*, se spune: " Dacă atât Yang-ul cel Mare cât și Yangming-ul sunt prinse de boală în același timp, odată ce boala din Yang-ul cel Mare s-a terminat, apar transpirații și temperatură ridicată și suferă de constipație cu vorbire delirantă, este indicat să se administreze Decoct Purgativ Puternic pentru a face pacientul să se elibereze".

Vorbirea delirantă și Zhengsheng se deosebesc prin faptul că prima sugerează o boală care se întâmplă unui pacient puternic din punct de vedere fizic, în timp ce a doua se referă la o boală marcată de deficitul de energie vitală. Ambele sugerează gravitatea bolii, însă cea din urmă este și mai nefavorabilă. Indiferent de ce fel de Zhengsheng este vorba, fie că este cauzat de lipsa de Yin, fie de lipsa de Yang, acesta indică faptul că boala se agravează.

Wangyan sau nonsens se referă la cazul în care vorbirea cuiva este indiscretă sau în dezordine. Fiind un simptom al nebuniei, apare pe neașteptate în starea de tulburare mintală sau de delir. *Zhang Shi Yi Tong: ShenZhi Men* spune: "Fiind vorba de nebunie, cineva are un discurs delirant, confuz sau indiscret. Acest lucru este cauzat de flegma care blochează pericardul, astfel încât bolnavul este distras. Acest caz este numit în mod obișnuit "flegma care blochează inima", ("flegma" este un termen utilizat în mod obișnuit în MTC, un fel de influență nesănătoasă a mediului care provoacă boala fără forma reală, având rezultatul rău de a se bloca ca flegmă).

În concluzie, *Cartea Schimbărilor* și acustica sunt strâns legate între ele. Merită menționat în special faptul că *Cartea Schimbărilor* este cea mai veche sursă de incantații și rugăciuni. Dacă acustica modernă ar dori să afle cheia semnificațiilor profunde ale incantațiilor vocale, un studiu al *Cărții Schimbărilor* ar fi o abordare importantă.

(Traducere de Wang Yongxiang)

Capitolul 27

Cartea Schimbărilor și ceasurilor biologice

Secțiunea 1. Un studiu general al ceasurilor biologice

Termenul de ceasuri biologice se referă la fenomenul de comportament al ciclurilor de viață. Ritmul naturii există în univers, iar ceasurile biologice reprezintă unul dintre ritmurile ciclice ale naturii, care reflectă adaptabilitatea vieții. Este, de asemenea, instinctul vieții, care s-a format treptat pe parcursul evoluției sale.

Ceasul biologic este un fenomen comun. Ritmul biologic există în orice fel de formă de viață, indiferent cât de săracă și simplă, cât de avansată și complicată este axa acestora. Chiar și *unicelul*, cea mai simplă formă, are comportamentul său ciclic, care este format de acțiunile sale fizice și chimice. De exemplu, plantele înfloresc la un moment fix și își schimbă culorile odată cu schimbările de timp. Comportamentul ciclic al ființelor umane și al mamiferelor este mai evident. Acesta poate fi văzut clar atunci când se hrănesc, dorm, plâng, migrează și intră în perioada de *estru* (Fază a ciclului sexual la femelele mamifere, în care mucoasa uterului permite fixarea oului fecundat.) și de împerechere. Ritmurile circadiene există și în temperatura corpului uman, în tensiunea arterială, în glicemie, în respirație, în puls, în hormoni, în enzime și chiar în leucocite. Astfel, cele de mai sus indică faptul că ceasurile biologice sunt un fenomen comun al universului. Atunci când omul și animalele sunt plasate într-un întuneric constant, rezultatul dovedește că ritmul circadian poate fi găsit cu ușurință, acest lucru indicând că ceasul biologic este un dispozitiv înnăscut care s-a format cu miliarde de ani în urmă și nu poate fi schimbat cu ușurință.

Secțiunea 2. Informații despre ritmul periodic existent în univers

În mișcarea fiecărui obiect există un ritm periodic. Mișcarea macrocosmosului și a microcosmosului reflectă ritmul naturii, cum ar fi expansiunea și contracția corpurilor cerești și mișcarea circulară a planetelor.

Putem găsi ritmul zilnic, ritmul lunar și ritmul anual pe Pământ datorită mișcării corpurilor cerești din sistemul solar. Ritmul anual se referă la variațiile sezoniere de-a lungul anului care au loc în timpul revoluției Pământului în jurul Soarelui. Ritmul lunar se referă la schimbările fazelor Lunii în timpul revoluției sale în jurul soarelui. În prezent, unii astronomi consideră că Luna nu este

satelitul pământului, ci dimpotrivă, este a zecea planetă a sistemului solar și se deplasează și ea în jurul soarelui. Luna și Pământul se deplasează pur și simplu într-un sistem cu orbită dublă. Cu toate acestea, există totuși schimbări în fazele Lunii în timpul mișcării Lunii în jurul pământului. Ritmul zilnic se referă la ritmul circadian care se formează în timpul rotației Pământului. Perioada de apariție a petelor solare este de 11 ani, ceea ce dovedește că există un ritm periodic în mișcarea planetelor din sistemul solar. Ritmul periodic este fundalul astronomic care influențează ceasurile biologice.

Perioadele din univers pot fi atât infinite, cât și infinitezimale. Combinațiile de perioade se învârt fără oprire. Perioadele din univers pot avea o durată de sute de miliarde de ani, cum ar fi umflarea și contracția universului. Perioada *stratonului* (model de structură al hadronilor) este foarte scurtă. Cele de mai sus arată că ritmul periodic al universului este atotcuprinzător.

Secțiunea 3. Mecanismul de formare a ceasului biologic

I . Mecanismul de origine al ceasului biologic

Există două mecanisme de origine ale ceasului biologic. Unul este ceasul biologic genetic, iar celălalt este ceasul biologic iritabil. Ceasul biologic genetic moștenește legea de adaptabilitate a mediului prin intermediul genelor care s-au format pe parcursul miliardelor de ani de evoluție a vieții. Acesta este moștenit de generații. El are o influență îndelungată și profundă asupra urmașilor și nu poate fi schimbat cu ușurință. Ceasul biologic iritabil este dobândit în mediul înconjurător și reflectă adaptabilitatea vieții.

În prezent, biologii de la Universitatea Harvard au descoperit că ceasul biologic al corpului uman se află în zona superioară a *chiasmei* optice. Corpul pineal secretă un fel de hormon numit *melatonină*. Acesta controlează zona superioară a chiasmei optice și reglează perioada de somn și de trezire.

II . Mecanismul de formare a ceasului biologic

Formarea ceasului biologic influențată de factorii naturali și sociali

i. "Pulsul" universal și ceasul biologic

Omul este construit de univers. Deoarece trăiește în el, omul este strâns legat de univers. Universul influențează viața pe Pământ prin diverse perioade, cum ar fi anotimpurile, ziua și noaptea, luna nouă și luna plină etc. Viețile de pe pământ sunt influențate de mișcarea corpurilor cerești, inclusiv de gravitație, forțele magnetice, energia electrică, radiațiile și chiar impulsurile. Nicio viață nu poate scăpa de influența acesteia. Viața își dezvoltă adaptabilitatea într-un mediu dur. Ea își adaptează în mod constant ritmul la mediul nemilos. Toate acestea dovedesc că universul este cel care influențează ritmurile periodice ale vieții.

Perioadele corpului uman pot fi în pas cu pulsul universal. Mai mult, cu cât perioada este mai lungă, cu atât mai departe este sursa pulsului și invers. Amplitudinea undelor pulsului inimii și frecvența EEG pot fi automate sau în pas cu un anumit corp ceresc. Odată ce inima izolată pornește, aceasta palpită la nesfârșit. Astfel, sursa perioadei de viață pe Pământ poate avea legătură cu mișcarea "pulsului" unui corp ceresc.

Cu mult timp în urmă, oamenii din China antică au început să recunoască ceasurile biologice. *Cartea Schimbărilor,* scrisă acum 3.000 de ani, expune relația dintre viață și natură. De exemplu, *Marele tratat despre Yi spune*: "Soarele pleacă și Luna vine; Luna pleacă și soarele vine; soarele și Luna s-au înlocuit reciproc, iar strălucirea lor este rezultatul. Frigul pleacă și căldura vine; ... când o buclă se înfășoară, se îndreaptă din nou; când viermii și șerpii intră în stare de hibernare, ei se mențin în viață .... soarele și Luna își emit continuu lumina". Cele de mai sus arată că *Cartea Schimbărilor* subliniază faptul că soarele și Luna influențează foarte mult pământul.

Natura este un univers mare, iar ființele umane sunt unul mic. Universul mare și universul mic sunt în pas unul cu celălalt. *Canonul de medicină al împăratului* expune această teorie. De exemplu: *Întrebări simple: BaoMing Quan Xing Pian* spune: "Omul este influențat de ritmul naturii", iar *Întrebări simple: Si Shi Ci Ni Cong Lun:* "Energia vitală a primăverii există în pasaje.

Energia vitală a verii există în mușchi. Energia vitală a toamnei există în piele, iar energia vitală a iernii există în măduvă". Acesta este aproape ritmul anual. *Pivotul spiritual: Sui Lu* spune: " atunci când luna este plină, marea este la inundație. Atunci se acumulează sângele și energia omului. Mușchii sunt puternici și pielea este delicată, când luna este nouă, mareea este în reflux. Atunci sângele și energia omului sunt deficitare. Qi-ul protector al omului este absent. Corpul este gol. Mușchii devin slabi și pielea devine ridată". Acesta este un ritm lunar. *Întrebări simple: Sheng Qi Tong Tian Lun* spune: "energia vitală se ridică dimineața, devine viguroasă la prânz, slăbește seara și apoi inhalarea și exhalarea de Qi poate fi oprită. Acesta este aproape un ritm circadian. În plus, fluxul de energie vitală refluxează și curge ca mareea Acesta este ritmul mareei" (citat din *Pivot Spiritual: Nourishing Qi*). Putem trage o concluzie din faptul că *Canonul de medicină al împăratului* pune foarte mult accentul pe influența soarelui și a Lunii asupra corpului uman Aceasta indică, de asemenea, faptul că *Canonul de medicină al împăratului*, scris acum 2.500 de ani, acordă o atenție deosebită relației dintre fondul astronomic și ceasul biologic.

Într-adevăr, viața pe Pământ se află în aceeași barcă cu universul. Câteva zeci de elemente din corpul uman sunt strâns legate de natură. Viețile există în aceeași lume de sute de milioane de ani. Nu pot fi ele influențate de univers?

ii. Psihologia socială și ceasul biologic

Potențial, ceasul biologic este influențat în mare măsură de factorii psihologici. Ceasul psihologic înseamnă ritmul ceasului biologic format sub influența factorilor psihologici. De exemplu, perioada menstruală a unei femei care locuiește în același loc va deveni treptat sincronă. Unii cercetători au demonstrat că hormonii emiși prin transpirație se pot influența reciproc.

Mecanismul este unul în care hormonii sunt absorbiți în organism prin mucoasa nazală, iar ovarele sunt influențate de aceștia. Dar nu trebuie să subestimăm faptul că factorii psihologici sunt potențiali factori care influențează ritmul periodic. Perioada vieții cotidiene a persoanelor care trăiesc în același mediu va deveni treptat sincronă fără a fi observată.

Ceasul biologic dintr-un corp uman este influențat în mare măsură de factorii psihologici sociali. De exemplu, *Pivotul spiritual: Wu Shi Ying* spune: "Corpul uman poate fi împărțit în 28 de constelații. Fiecare constelație poate fi, de asemenea, împărțită în 56 de părți. Energia vitală circulă prin 1.800 de părți în total. Soarele se deplasează prin cele 28 de constelații. Energia vitală circulă prin 28 de pasaje. Lungimea pasajelor este de aproximativ 16,8 m, iar acest lucru este în conformitate cu cele 28 de constelații". De asemenea, se mai spune: "Frecvența cea mai potrivită a respirației este de 14.500 de ori pentru fiecare 24 de ore, ceea ce este mult mai lent decât pentru oamenii moderni. Universul respiră o dată la mii de ani. Astfel, viteza de mișcare a corpurilor cerești nu se schimbă foarte mult. Dar de ce frecvența zilnică de respirație a oamenilor moderni este mai mare decât cea a oamenilor antici? Omul trebuie să își accelereze ritmul respirației pentru a se adapta la o lume care se dezvoltă rapid și este plină de concurență. În această lume, oamenii trebuie să muncească din greu, iar relațiile dintre oameni sunt mai complicate. Într-adevăr, ritmul de respirație al oamenilor care trăiesc în orașe este mult mai rapid decât cel al celor care au locuri de muncă confortabile, mai ales pentru cei care își iau o slujbă mentală și grea, sau lucrează în anumite departamente importante. Acest lucru ne spune, de asemenea, că ceasul biologic este influențat nu numai de corpurile cerești, ci și de factorii psihologici sociali.

Secțiunea 4. Ceasul Taiji și iluminarea sa importantă.

Ritmul periodic există pretutindeni în natură și este, în esență, ritmul unei creșteri și descreșteri a Taiji Yin și Yang, fie că este vorba de ritmul unui macrocosmos sau al unui microcosmos. Taiji, ca reprezentant al creșterii și declinului lui Yin și Yang, este fundamentul ritmurilor periodice universale, care diferă doar prin lungime. Atât perioada în care universul se extinde și se contractă, cât și ritmul undelor cerebrale, care sunt numărate în milisecunde, se bazează pe creșterea și declinul lui Yin și Yang. Prin urmare, ceasul biologic este, în mod substanțial, un fel de ceas Taiji. Aceasta este o lege universală. (a se vedea figura 25-1).

Ritmul periodic al tuturor lucrurilor din univers, de la formele inferioare la cele superioare,

sau de la stadii simple la stadii complicate, este ritmul creșterii și descreșterii lui Taiji Yin și Yang. Din punct de vedere macrocosmic, ciclul de umflare și contracție a universului, creșterea și descreșterea Lunii în sistemul solar, ritmul de doi ani al erupțiilor solare, precum și revoluția Pământului în jurul soarelui sunt ritmuri de creștere și declin ale lui Yin și Yang; din punct de vedere microcosmic, moleculele celulare ale corpului uman prezintă vibrația rotundă a cAMP și cGMP, care stabilește o bază materială pentru creșterea și declinul lui Yin și Yang din corpul uman. În timpul zilei, constanța AMPc (pozitivă) este mai mare decât cea a GMPc (negativă); în timp ce noaptea constanța GMPc (negativă) este mai mare decât cea a AMPc (pozitivă). Corpul uman reprezintă schimbările în creșterea și descreșterea lui Yin și Yang.

Să vedem și alte exemple. Ciclul stării de spirit al cuiva prezintă ciclul de excitație (pozitiv) și de reținere (negativ). Forța fizică prezintă ciclul exuberanței și al reducerii, ca să nu mai vorbim de ciclul inteligenței în care sosesc pe rând rapiditatea (pozitivă) și stagnarea (negativă). De fapt, acestea reprezintă perioada de creștere și declin a lui Yin și Yang. Între timp, schimbarea culorii la unele animale, deschiderea și replierea florilor, prosperitatea primăvara și căderea toamnei a frunzelor copacilor, precum și unele animale, care caută hrană ziua, în timp ce noaptea se ghemuiesc pentru a se odihni, sunt exemple similare. Toate aceste comportamente sunt unele ciclice și întruchipează ceasul biologic Taiji. Astfel, știm că fundamentul generării ritmului tuturor lucrurilor se află în creșterea și declinul lui Yin și Yang, precum și în alternanța dintre Yin și Yang. Yang controlează starea dinamică, în timp ce Yin domină starea statică; ceasul biologic este strict influențat de creșterea și declinul lui Yin și Yang. De exemplu, ceasul biologic al femeii reprezintă în mod evident această schimbare. În stadiul de post-menstruație hormonii feminini cresc treptat, astfel că Yin crește. Deoarece Yin controlează starea statică și este leneș, greu și lent în mișcare, face ca cineva să simtă că trupul său este greu și să se simtă lipsit de spirit, în timp ce în etapa de pre-menstruație, hormonii feminini scad în sânge și *progesteronul* crește. Deoarece Yang controlează starea dinamică și este ușor și rapid în mișcare, de obicei, cineva simte că trupul său este ușor și devine agil și incitant. Aceste fenomene ilustrează bine faptul că creșterea și descreșterea și alternanța dintre Yin și Yang reprezintă fundamentul ceasului biologic.

Ritmul de generare a tuturor lucrurilor își are rădăcina în creșterea și declinul lui Yin și Yang. Ceasul biologic este în esență alternanța dintre Yin și Yang. Prin urmare, esența ceasului biologic constă în menținerea unui anumit ciclu de creștere și declin al lui Yin și Yang. Ceasul biologic este capabil să funcționeze în funcție de propriul ritm, dar nu neapărat în pas cu universul.

Ritmul biologic s-a format treptat, pe măsură ce ființele vii s-au adaptat la mediul înconjurător sumbru pe parcursul a miliarde de ani de evoluție. În competiție cu natura, unele ființe vii își ajustează ritmul biologic în pas cu cel al corpurilor cerești sau contrar acestuia, pentru a supraviețui. Să luăm ca exemplu soarele. Ritmul biologic al majorității ființelor vii este în armonie cu ritmul circadian care depinde de soare (cauzat de rotația Pământului), adică se comportă cu entuziasm, se deplasează și iau hrană în timpul zilei, dar devin lenețe și dorm sau se odihnesc noaptea. Mai există încă unele creaturi care prezintă un ritm contrar, adică se deplasează noaptea, dar dorm în timpul zilei. Animale precum pisicile, șoarecii, bufnițele și țânțarii fac parte din această categorie. Acest lucru este valabil și pentru plante; majoritatea plantelor înfloresc ziua și se pliază st noaptea, un exemplu cel mai tipic fiind *telosma cordata*... Câteva plante fac contrariul. De exemplu, tutunul înfloritor înflorește întotdeauna noaptea. Într-un cuvânt, indiferent dacă ritmul vieții este în pas cu sau împotriva universului, el se bazează întotdeauna pe creșterea și declinul lui Taiji Yin și Yang.

De fapt, toate ritmurile biologice nu sunt neapărat în acord cu universul. Există destule dovezi pentru a demonstra existența unui ritm automat din interior. De exemplu, o pisică adesea doarme profund ziua și devine agilă noaptea. Chiar și în interiorul corpului uman, viscerele nu funcționează în pas cu celelalte. De exemplu, ficatul lucrează cel mai laborios noaptea; el este ocupat cu detoxifierea și depozitarea, în timp ce la prânz se odihnește. Prin urmare, ar fi bine să nu se ia alcool la ora prânzului, în cazul în care acesta suprasolicită ficatul.

Acest lucru arată că ființele vii au un ritm automat. Un experiment a fost făcut pentru a demonstra această concluzie. Câteva persoane cu ritm circadian aproximativ au fost plasate în

întuneric constant. La început, ele și-au menținut viața regulată, deși nu exista niciun stimulent din partea luminii, căci ritmul circadian fusese definitivat prin evoluția de miliarde de ani și era înrădăcinat adânc în organism prin funcția genelor. Acesta funcționează în funcție de propria frecvență de vibrație. Un savant francez, Michael, s-a așezat într-un laborator separat de lumină și a constatat că ritmul său zilnic era de 25 de ore. În afară de aceasta, se relatează că, recent, oceanologii americani au găsit pe fundul mării, în apropiere de Arhipelagul de Colon, numeroase districte dens populate cu ființe vii. Pe fundul mării, care este departe de suprafață, nu există deloc lumină solară, dar aceste viețuitoare trăiesc luxuriant. Din niște fotografii făcute pe continentul Antarcticii de către un om de știință britanic s-a constatat că sub Marea Antarcticii, acoperită de gheață, se întinde o lume multicoloră; anemone de mare de toate culorile, tot felul de mușchi, alge îngrozitor de lungi, pești și vertebrate se reproduc prodigios. Toate acestea dovedesc că nu toate ființele vii au nevoie de lumina soarelui.

Descoperirea de către un savant american a poziției acute a ceasului biologic în corpul cuiva arată că există într-adevăr o instalație în corpul cuiva care controlează ceasul biologic, iar acest lucru demonstrează că ființele vii pot avea un ritm automat. Prin lunga perioadă de evoluție, ființele vii au dobândit ritmul periodic potrivit pentru "pulsul" universului, pe de o parte, iar pe de altă parte, au vibrația ritmată automat. În zilele noastre, unii oameni de știință au extras **β** endorfina și anti-**β**-endorfina de la animalele care hibernează. Prima este folosită pentru a economisi și a stoca energie îndemnând animalul să hiberneze; dimpotrivă, cea de-a doua este anti-hibernare. Acest lucru afirmă că există o bază materială care controlează ritmul periodic în corpul ființelor vii, făcând astfel ca ceasul biologic să fie schimbător. Ființele vii pot trăi după un ritm propriu, dar nu neapărat în corespondență cu mișcarea corpurilor cerești. Pe scurt, deși micro-universul are relații aprinse cu universul, fiecare din el este un individ independent și are propriul său ritm biologic.

Teoria ceasului Taiji indică faptul că ființele vii pot alege ritmul care să le satisfacă propriile nevoi, deși acesta trebuie să se bazeze pe un anumit cerc de creștere și declin al lui Yin și Yang. Prin urmare, ceasurile biologice ale ființelor umane nu se potrivesc neapărat cu alternanța zilei și a nopții pe Pământ. După cum știm, Pământul rezistă tuturor radiațiilor și gravitației solare cu ajutorul unui strat de atmosferă (ozonosfera, despre care s-a constatat că începe să aibă o scurgere deasupra continentului Antarctica, ceea ce dă un semnal de alarmă pentru protejarea echilibrului naturii).

Soarele afectează foarte mult viețuitoarele de pe Pământ pentru că se află în apropierea Pământului și mai ales pentru că, în ultimii ani, cunoaște un apogeu al celei de-a doua pete solare. În timp ce noaptea, când Pământul se întoarce împotriva soarelui, este ferit de unele radiații și alte interferențe ale soarelui. Ca urmare, starea de spirit a omului se calmează în mod corespunzător și devine concentrată. Astfel, eficiența muncii mentale pe timp de noapte se dublează. De fapt, multe decizii și descoperiri importante se iau noaptea târziu.

În timpul nopții, când Luna strălucitoare se află sus pe cer, omul va fi foarte energic, mai ales când este Lună plină. Acest lucru se datorează faptului că lumina Lunii este refracția luminii solare; este potrivită și mult mai blândă decât radiația directă a soarelui. În timpul verii fierbinți, este deosebit de potrivit pentru noi să lucrăm la lumina Lunii. În zilele noastre, unii cercetători străini subliniază că lumina Lunii este mai importantă pentru ființe umane decât lumina soarelui și afirmă că, dacă nu ar exista atracția pe care o exercită Luna asupra mării, care duce la unduirea violentă și la schimbarea gravitației terestre care provoacă o rezistență puternică a câmpului magnetic, nenumărate ființe vii ar fi ucise de radiațiile exterioare. Prin urmare, într-o anumită măsură, Luna este mai importantă decât soarele pentru viețuitoarele de pe pământ.

În afară de aceasta, multe dintre ciclurile omului își au rădăcina în ciclul de creștere și descreștere al Lunii. De exemplu, ciclul menstrual este de 28 de zile; ciclul stării de spirit este, de asemenea, de 28 de zile, iar ciclul inteligenței și al forței fizice sunt separat de 23 și 33 de zile, toate acestea fiind similare cu ciclul de creștere și descreștere al Lunii. Mai mult, ciclurile celor mai mulți oameni coincid cu acesta, ceea ce indică relația strânsă dintre om și Lună.

Lucrul pe timp de noapte reduce foarte mult nu numai interferențele din mediul social, ci și factorii nefavorabili din partea soarelui, obținând astfel un efect pe care nu îl poți obține în timpul zilei, dar, desigur, ai nevoie de ceva timp pentru a te obișnui cu noul ritm. La urma urmei, mai mult

de 95% dintre oameni lucrează în același ritm, ceea ce trebuie să recunoaștem că este într-adevăr o mare pierdere de spațiu.

Omul are într-adevăr capacitatea de a renunța la ritmul circadian obținut prin gene. Unii cercetători au ajuns la concluzia, în urma unui test, că secreția de hormoni *adrenocorticali* a persoanelor care dorm noaptea atinge apogeul în intervalul 8-9 dimineața, iar minimul la ora 2.00. Atunci când acestea trec la somnul de zi, ritmul secreției de hormoni se inversează foarte repede, iar viața continuă ca de obicei. Acest lucru dovedește că omul are o capacitate de adaptare surprinzătoare.

Iluminarea obținută din teoria lui Yin și Yang.

Deoarece Yin și Yang cresc și scad ca un întreg, Yin și Yang sunt întotdeauna în echilibru pentru un individ. Dar curba "S" din Taiji indică faptul că în fiecare parte a întregului, în afară de anumite etape de identitate a Yin și Yang, Yin și Yang nu sunt identice în cea mai mare parte a timpului. Unul este în surplus, în timp ce celălalt este în deficit, ceea ce semnifică forma de maree a ritmului biologic. Altfel spus, vibrațiile vieții prezintă amplitudini de undă diferite și cicluri diferite. Din imaginea Taiji, putem observa că, cu excepția stării de echilibru dintre Yin și Yang din mijlocul curbei "S", orice alt punct al liniei prezintă diferite căderi și creșteri neidentice: aceasta este amplitudinea de undă a ceasului Taiji, care indică ritmul căderilor și creșterilor vibrațiilor vitale.

Curba "S" a ceasului Taiji reprezintă starea de echilibru fără ordine, ceea ce indică faptul că ritmul biologic nu este complet în pas cu universul, ci cu propriul său ritm fără ordine.

Recent, un medic de la Școala Medicală Harvard a raportat că a observat existența unui număr mare de ritmuri fără ordine și că numai atunci când moartea este iminentă, ritmul cardiac al unei persoane sună la unison, ceea ce explică faptul că există o stare constantă de ritm fără ordine în creier și inimă. Odată ce această stare este distrusă și ritmul devine regulat, va implica ceva anormal. Prin urmare, ei au subliniat că instalarea unui regulator pentru o persoană cu afecțiuni cardiace poate aduce un pericol mai mare pentru aceasta.

În plus, a fost confirmat de unii cercetători că ciclul de excitație este de 28 de zile, ciclul de inteligență este de 23 de zile și ciclul de forță fizică este de 33 de zile.

În ultimii ani, un fost om de știință din Uniunea Sovietică a avansat prin experimente că timpul este un fel de substanță, iar toate lucrurile din univers sunt alcătuite din substanța timpului și din câmpul de timp. Substanța timpului emite un fel de particule, iar particulele sunt transmise ca un mediu de mesaje. Îmbătrânirea unui material este proporțională cu particulele de timp pe care le primește. În plus, el crede că timpul poate fi reglat așa cum controlăm temperatura și presiunea. Astfel, controlul ritmului timpului biologic devine posibil.

Cele de mai sus ilustrează faptul că există un ritm automat în ființele vii și că toate ființele vii au propriul echipament pentru a regla ritmul vieții. Ceasul biologic este în mod substanțial ceasul Taiji. Sub iluminarea obținută din teoria Taiji Yin și Yang, cunoașterea de către om a ceasului biologic trebuie să obțină transmiterea de pe "tărâmul necesității" pe "tărâmul libertății".

Secțiunea 5. Aplicarea ceasului Taiji

I . Controlul ceasului duratei de viață

Conform teoriei ceasului Taiji privind creșterea și declinul lui Yin și Yang, ceasul duratei de viață a omului parcurge un ciclu foarte lung, de la leagăn până la mormânt, și este cel mai mare ciclu de creștere și declin al lui Yin și Yang. Teoria dialectică a Taiji Yin și Yang sugerează că prima jumătate a vieții este perioada de creștere a lui Yang, iar a doua jumătate este cea a lui Yin.

Creșterea lui Yang reprezintă începutul vieții, în timp ce creșterea lui Yin înseamnă iminența îmbătrânirii. Conform teoriei conform căreia "Yang-ul extrem generează Yin-ul", cu cât Yang-ul extrem apare mai târziu, cu atât apare mai târziu creșterea lui Yin. Acest lucru pune bazele teoriei conform căreia prelungirea perioadei de creștere poate duce la prelungirea duratei de viață. Dacă am putea reduce timpii de diviziune celulară și am putea prelungi ciclul de diviziune celulară în timpul perioadei de creștere, am putea amâna sosirea punctului culminant Yang. *Feng trigram of Yi* spune că "amiaza naște declinul". Soarele la amiază se află la punctul culminant Yang, care reprezintă

începutul declinului. Acest lucru este valabil pentru o persoană de vârstă mijlocie - devine bătrână și slabă.

Odată cu dezvoltarea rapidă a biologiei, genele care controlează timpul ar putea fi găsite printre toate genele biologice. Acest lucru ar fi aplicat la reglarea ceasului duratei vieții. Dacă ciclul de diviziune celulară ar putea fi prelungit, maximul duratei de viață ar fi rescris în mod constant. În același timp, ciclul de diviziune celulară al animalelor ar putea fi și el controlat pentru a accelera sau a prelungi creșterea acestora, răspunzând astfel nevoilor omului (*vezi Ligia Hotin – Degetele ursitoarelor*).

Pe scurt, creșterea și declinul lui Yin și Yang reprezintă baza ritmului periodic al naturii. Prin urmare, esența ceasului biologic constă în alternanța dintre creșterea și declinul lui Yin și Yang. Ceasul nu este neapărat în pas cu ciclul anotimpurilor sau cu cel al zilei și al nopții; sistemul de control automat al ființelor vii ar trebui să fie utilizat la maximum. Ca urmare, creșterea anuală a animalelor și a plantelor ar putea fi scurtată pentru a fi sezonieră. Am putea, de asemenea, să le prelungim ciclul de creștere, transformându-le în bienale sau trienale. Și nu este imposibil ca ființele umane să prelungească ciclul de creștere și declin al lui Yin și Yang pentru a prelungi durata de viață a omului".

II. Încălcarea ritmului circadian.

Deoarece ceasul biologic este în mod substanțial ritmul de creștere și declin al lui Taiji, Yin și Yang, dacă se stabilește doar un anumit ritm al lui Yin și Yang, ritmul circadian obișnuit care depinde de soare poate fi respins. AMPc și GMPc (acidul ribonucleic și acidul dezoxiribonucleic) din celulele corpului uman sunt separat pozitive și negative, iar acestea afectează creșterea și declinul lui Yin și Yang în corpul uman. Dacă am putea produce aceste două materiale, am fi capabili să controlăm ritmul de scădere și creștere a Yin și Yang, care ar putea fi aplicat fie pentru distrugerea ritmului circadian, fie pentru terapeutica temporală. Din moment ce omul ar putea prelungi sau reduce ciclul de creștere și descreștere a lui Yin și Yang, eficiența medicinei ar fi, de asemenea, mult îmbunătățită, ceea ce ar fi destul de important pentru terapeutica temporală.

Mai mult, omul ar putea folosi din plin toate avantajele pe timp de noapte, evitând să lucreze împreună în același spațiu mic în timpul zilei, în funcție de același ritm.

În multe locuri, lumina controlată de om a fost folosită pentru a modifica ritmul de creștere și descreștere a plantelor și animalelor Yin și Yang. Dacă vrem să devansăm sosirea ciclului Yang, ar trebui să iluminăm lucrurile în avans; dacă vrem să prelungim ciclul Yang, am putea prelungi timpul de iluminare. În zilele noastre, acest lucru a fost utilizat pe scară largă în domeniul creșterii animalelor și plantelor. De exemplu, omul prelungește timpul de iluminare pentru a face găinile să depună mai multe ouă. Acest lucru afirmă că este semnificativ pentru producție să rupă ritmul circadian aproximativ.

Ceasul Taiji indică faptul că, temporar, omul nu poate migra pe alte planete, dar este posibil să trăim sub pământ. A trăi sub pământ va reduce foarte mult prejudiciile cauzate de radiațiile solare. Unii cercetători străini au observat că, atunci când cineva trăiește într-o peșteră, ceasul biologic încetinește la jumătate; cineva continuă să lucreze în peșteră timp de 20~24 de ore, dar are senzația că a lucrat doar 8~10 ore; după ce a dormit 7~14 ore, are senzația că au trecut doar 7 ore. A trăi în subteran dă posibilitate deplină stadiului conștient al omului și face posibilă scurtarea somnului omului, prelungind astfel viața efectivă și făcând mai mult loc plantelor. Pe scurt, acest lucru are o mare importanță pentru echilibrul ecologic al naturii și pentru viețile de pe pământ.

Secțiunea 6. Calculul ceasului biologic

I . Calculul de la Solstițiul de iarnă

Ceasurile biologice ale omului sunt diverse și, totuși, există anumite reguli cărora li se supun. Ciclul unora este în pas cu creșterea și descreșterea Lunii; alții sunt sensibili la 1, 4, 7 și 10 din cele 12 ramuri terestre ale zilei solare și ale anotimpurilor. De aceea, pentru a calcula ceasul biologic al cuiva ar trebui adoptat un calendar lunar special combinat din calendarul solar și lunar, deoarece acest calendar include nu numai mișcarea vizuală anuală a soarelui, ci și pe cea a Lunii,

prin care putem fi bine conștienți de toate efectele pe care le are asupra ceasului biologic al omului. Motivul pentru care calculăm de la Solstițiul de iarnă constă în faptul că, potrivit teoriei Taiji privind creșterea și descreșterea lui Yin și Yang, Solstițiul de iarnă reprezintă în același timp extrema lui Yin și începutul lui Yang, adică este începutul unui nou an. În primul rând, ar trebui să numărăm zilele de la Solstițiul de iarnă până în ziua cercetată, apoi să avem acest număr împărțit la 28, 2 și 33, restul fiind zilele din cadrul ciclului de dispoziție, de forță fizică și de inteligență ale unei persoane, separat. În acest fel, putem afla într-o zi dacă persoana respectivă se află în perioada de vârf sau în perioada de depresiune. Să luăm ca exemplu ziua de 12 martie 1990. În primul rând, numărul de zile din 22 decembrie 1989 până la 12 martie 1990 este 80, apoi împărțim 80 la 28, 23 și 33 separat și obținem numerele 24, 11 și 14, care sunt separat datele exacte din cadrul ciclurilor unei persoane. Astfel, putem afla că unul se află în stadiul de ridicare a dispoziției de la mareea joasă, și în stadiul de cotitură al forței fizice; și se află în mareea înaltă a inteligenței, (vezi figura 27-1). Între stadiul de maree înaltă și cel de maree joasă există zile sau luni critice, adică există întotdeauna o perioadă de tranziție de la maree înaltă la maree joasă, indiferent în decursul unui an, al unei luni sau al unei zile și în această perioadă nu este indicat să se efectueze operații sau tratamente puternice de medicină. Există aproximativ 1/5 din viață în stadiul de tranziție, conform unor statistici.

II. Calculul de la nașterea cuiva.

La naștere, ritmul biologic al cuiva începe să funcționeze, de aceea ar trebui să numărăm de la nașterea sa. Calculul poate fi împărțit în două etape, după cum urmează (pe baza calendarului solar):

A: În primul rând, se numără numărul total de zile pe care le-a trăit cineva (anul în curs de cercetare - anul nașterii) x 365 + numărul de ani bisecți (numărul total de ani ÷4) ± (de la data nașterii până la data în curs de cercetare). În această formulă, atunci când data cercetată este mai mare decât data nașterii, trebuie să folosim adunarea; când situația este contrară, trebuie folosită scăderea.

B: Calcularea restului fiecărui ciclu

Împărțiți numărul total de zile la 23 (ciclul forței fizice), 28 (ciclul stării de spirit) și 33 (ciclul inteligenței) și comparați resturile cu figura 27-1, apoi veți afla starea ceasului biologic în ziua respectivă.

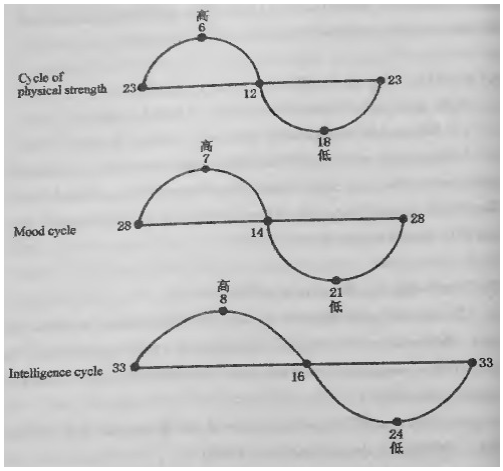


Figura 27-1: Ilustrație pentru valoarea numerică a ciclului de vârf al ceasului biologic

高 high 低 low

Exemplul 1. Pentru a prezice starea ceasului biologic al cuiva pe data de 9 iunie 1990 (data nașterii: 5 iunie 1989).

numărul total de zile pe care le-a trăit cineva:

90 - 89 = 1 (numărul total de ani) 1x365 = 365 numărul de ani bisecți este zero

Deoarece data cercetată este mai mare decât cea a nașterii, trebuie folosită "adunarea":
365 + (9 - 5) = 369 (numărul total de zile)

resturi în fiecare ciclu:
ciclul de forță fizică: 369 ÷23= 1 (rest) ⇒prima zi a etapei de ridicare.
ciclul stării de spirit: 3694 ÷28 = 5 (rest) ⇒etapa de răsărit, în apropierea mareei înalte.
ciclu de inteligență: 369÷33 = 6 (restul) ⇒ maree înaltă

Exemplul 2.

A prezice starea ceasului biologic al cuiva la 1 iunie 1990 (data nașterii: 5 iunie 1989).

numărul total de zile pe care le-a trăit cineva:
90-89=1 (numărul total de ani) 1 x 365 = 365 numărul de ani bisecți este zero

Deoarece data cercetată este mai mică decât cea a nașterii, trebuie folosită "scăderea":
365-(5-1) = 361 (numărul total de zile)

resturi în fiecare ciclu:
ciclul de forță fizică: 361+23= 16 (resturi) în momentul de reflux ciclul stării de spirit: 361 + 28 = 25 (rest) ⇒ stadiul de ridicare de la nivelul scăzut al mareei
ciclul inteligenței: 361 + 33 = 31 (rest) ⇒ etapa de ridicare de la nivelul scăzut.

Exemplul 3.

Pentru a calcula starea propriului ceas biologic pe 23 decembrie 1990 (data nașterii: 24 nov.1946).

Numărul total de zile pe care le-a trăit cineva:
90-46 = 44 (total ani) 44 x 365 = 16060
16060 + 44/4 (ani bisecți) = 16071

Deoarece data cercetată este mai mare decât cea a datei de naștere, trebuie folosită "adunarea":
16071 + (23 dec. - 24 nov.) = 16071 + 29 = 16100 (total zile)

Resturi în fiecare ciclu
ciclul de forță fizică: 16100 + 23 = 0 (rest) ⇒ ziuă critică, care este de la mareea înaltă până la cea joasă
ciclul dispoziției: 16100 + 28 = 24 (rest) ⇒ etapa de ridicare de la mareea joasă.
ciclul de inteligență: 16100 + 33 = 26 (rest) ⇒ stadiul de urcare de la refluxul mareei joase

Exemplul 4.

Pentru a calcula starea ceasului biologic al unei persoane la 25 mart. 1990 (data nașterii: 26 apr. 1958).

Numărul total de zile pe care le-a trăit cineva:
90 - 58 = 32 (total ani) 32x365=11680
11680 + 32/4 (ani bisecți) = 11688

Deoarece data cercetată este mai mică decât cea a datei de naștere, ar trebui să se folosească "scăderea":
11688- (26 apr. - 25 mart.) = 11688 - 31 = 11657 (total zile)

resturile din fiecare ciclu:
ciclul de forță fizică: 11657 + 23= 19 (rest) ⇒ stadiul de ridicare de la refluxul de la reflux
ciclul stării de spirit: 11657 + 28 = 9 (rest) ⇒ faza de maree înaltă
ciclul inteligenței: 11657+33 = 8 (rest) ⇒ punctul culminant

Trebuie remarcate câteva ocazii:
1. Când restul este 0, este în ziua critică, care este de la mareea înaltă la cea joasă.
2. Când cele două marei joase se întâlnesc, este o zi periculoasă.
3. Când se întâlnesc trei marei joase, este la mareea joasă a ceasului biologic.

4. Când se întâlnesc trei marei înalte, este la o perioadă de maree înaltă a ceasului biologic.

Stăpânirea ritmului biologic al omului în ceea ce privește dispoziția, forța fizică și inteligența; folosirea la maximum a etapei de maree mare și acordarea de atenție perioadei de maree joasă, în special, a zilei critice, poate avea o mare importanță în sporirea eficienței și evitarea accidentelor.

III. Aplicarea ceasului de perspectivă al corpului uman

Există fenomenul ceasului în sensibilitatea cuiva din cele cinci viscere și țesuturi de suprafață, care are o mare importanță pentru diagnosticare.

Conform teoriei ciclice a creșterii și descreșterii Taiji Yin și Yang, miezul nopții este extrema Yin, iar amiaza este extrema Yang. Aceste două perioade se află la cele două puncte culminante ale tabloului Taiji. În timpul acestor perioade, Yin și Yang ajung la extreme, astfel, energia vitală și sângele devin insuficiente. Prin urmare, insuficiența cardiacă, insuficiența renală, se agravează adesea la miezul nopții, deoarece în acest moment Yin merge la extremă și Yang este greu de atins, astfel, sindromul Yin devine evident; boli precum hipertensiunea, vertijul, durerile de cap, sângerarea nazală și rănile se agravează la prânz, deoarece Yang merge la extremă și Yin este greu de ridicat. Astfel, se agravează deficitul de Yin care duce la hiperactivitatea lui Yang. Dimineața și zorii zilei se află în centrul tabloului Taiji, iar Yin și Yang sunt în echilibru pe acest punct.

Dimineața, Yang-ul în creștere și Yin-ul în declin sunt egale între ele. Atunci când Yang-ul unei persoane este deficitar, Yang-ul său nu se poate potrivi cu Yin-ul, astfel că bolile cauzate de deficiența Yang se manifestă adesea, cum ar fi diareea. În zori, Yin-ul în creștere este egal cu Yang-ul în declin, astfel că persoanele cu deficiență de Yin nu-și pot echilibra Yin-ul și Yang-ul. Prin urmare, bolile cauzate de deficiența Yin, cum ar fi tuberculoza, apar adesea în zori.

În plus, cele cinci viscere aparțin separat categoriilor de Yin și Yang. Potrivit *Întrebări simple: Jin Gui Then Yan lun*, inima este regele tuturor viscerelor Yin. Prin urmare, bolile de foc ale inimii apar de obicei la amiază, vara; în timp ce edemul cu afectarea rinichilor se agravează adesea la miezul nopții, iarna.

Știința medicală modernă susține că într-un ciclu de zi și noapte, capacitatea organismului uman de a tolera bolile este slabă noaptea, iar omul este deosebit de sensibil la *anafilactism*, precum și la bolile sistemului respirator. De aceea este avantajos pentru a se diagnostica anafilactica. Unii medici au observat că reacția organismului uman noaptea la histamină crește cu 60% față de cea de dimineață.

Deoarece există o diferență de timp între sensibilitatea fiecăruia la medicamente, ceasul biologic deschide o vastă perspectivă pentru terapeutica temporală. De exemplu, putem ajusta cu abilitate proporția de Yin și Yang la anumite circumstanțe, în conformitate cu legea creșterii și descreșterii Yin și Yang în cadrul unui cerc de o zi și o noapte. În plus, o rețetă ar trebui să facă față funcțiilor și ritmului viscerelor omului. Deoarece ficatul este cel mai mult încărcat noaptea, medicamentele care întăresc ficatul ar putea fi luate înainte de somn; iar inima este cel mai mult încărcată ziua, de aceea medicamentele care tonifică inima ar trebui să fie luate în timpul zilei; medicamentele anticancerigene sunt mai eficiente dacă sunt folosite atunci când toleranța viscerelor la toxicitatea sunt cele mai puternice. După o noapte întreagă de odihnă, hormonii *adrenocorticali* și steroizii *adrenocorticali* ai unui om secretă cel mai viguros în timpul orelor 8-9 dimineața și ajută la îmbunătățirea funcțiilor viscerelor omului. De aceea, în timpul orelor 9-11 a. m., când omul se află în mare vervă a funcției sale biologice, este potrivit să administrăm medicamente puternice, medicamente anticancerigene sau să efectuăm operații, deoarece rezistența omului în acel moment este puternică, iar capacitatea de detoxifiere a rinichilor este mai puternică.

În corpul uman, există nu numai ciclul fiziologic, ci și ritmul patologic, asupra căruia *Canonul de Medicină al Împăratului* deține multe recorduri. De exemplu, *Pivotul spiritual: Shun Qi: o zi este alcătuită din patru secțiuni* spune: "Majoritatea bolilor sunt mai ușoare ziua și grave noaptea". Aici se subliniază că boala cuiva se schimbă pe anumite ritmuri. În domeniul fiziogenezei, s-a constatat de mult timp că apariția bolilor are legătură cu ritmul ceasului biologic și reprezintă relația dintre ciclul de apariție a bolilor și creșterea și declinul lui Taiji Yin și Yang. De exemplu,

Întrebări simple: Jin Gui Zhen Yan Lun spune: "Este ușor să suferiți de *rinalergioză* și *apostazie* primăvara, de boli în partea sterno-costală în mijlocul verii și de diaree la sfârșitul verii, de malarie de tip vânt toamna, precum și de sincopă de amorțeală iarna". Aceste boli sezoniere aparțin substanțial patologiei ceasului biologic.

Mai mult, multe alte boli sunt ciclice, cum ar fi febra periodică, hemoragia ciclică, diareea periodică, urticaria periodică etc., chiar și viteza de creștere a cancerului este ciclică. Prin urmare, prescrierea de rețete și efectuarea tratamentului medical pentru pacienți în funcție de ritmul bolilor se poate dovedi eficientă.

În plus, în domeniul eugeniei, MTC pune accentul pe starea relațiilor sexuale. Este semnificativ pentru ca bărbatul și femeia să îmbunătățească fizicul și inteligența urmașilor lor dacă bărbatul sau femeia selectează cel mai bun stadiu al ceasului biologic pentru a face sex. Dimpotrivă, fătul format într-o zi critică a ceasului biologic al bărbatului și al femeii nu poate fi unul ideal.

Pentru a rezuma toate cele de mai sus, *Cartea Schimbărilor* este legea călăuzitoare a ceasului biologic. Merită să remarcăm în mod special faptul că teoria creșterii și descreșterii și a alternanței dintre Yin și Yang implicată de Harta Taiji pune bazele teoretice pentru ritmul biologic. Ceasul biologic prezintă în mod substanțial ceasul Taiji și oferă dovezi pentru existența ritmului biologic din interior. Teoria ceasului Taiji a deschis un domeniu larg pentru dezvoltarea ceasului biologic.

(Traducere de Qin Yongsheng)

Capitolul 28

Legea mișcării inverse în Cartea Schimbărilor și Știința Vieții

Secțiunea 1. Legea mișcării inverse și Legea recapitulării

Ca principiu, lucrurile trebuie să aibă o mișcare inversă dacă au o mișcare directă (pozitivă). Aceste două tipuri de mișcări formează un ciclu care există atât în lumea macro, cât și în lumea micro. Din punct de vedere macroscopic, o explozie cosmică are dilatări și contracții alternative. Din punct de vedere microscopic, electronii au forme ondulatorii de navetă; în genetică, transcrierea genetică este fie ca de obicei (ADN-ARN), fie în mișcare inversă (ARN-ADN). În 1975, H. Temin și R. Dulbecco au descoperit transcripția inversă și au demonstrat că informația genetică din ARN poate fi transcrisă în ordine inversă. Această descoperire a rupt principiul tradițional al eredității unilaterale (principiul central) și le-a adus Premiul Nobel pentru Medicină și Fiziologie în 1975. Așadar, mișcarea inversă există și în microcosmos; în fizică, există forțe de atracție și forțe de respingere, materie și spațiu, forța magnetică de la Polul Nord și cea de la Polul Sud; în chimie, există atracție și repulsie; în matematică, există numere pozitive și numere negative, numere reale și numere imaginare. În ceea ce privește alte tărâmuri, există materie pozitivă și materie negativă, mișcare reală și mișcare imaginară, un univers rapid și un univers lent, spațiu real și spațiu imaginar. Toate acestea sunt o unificare a mișcării pozitive și a mișcării inverse.

Cartea Schimbărilor acordă o atenție deosebită fenomenelor reale și imaginare din univers. Ea spune: "Diminuarea și creșterea, revărsarea și golul, acestea au loc în armonie cu condițiile timpului "(*Tuan în trigrama Xun a luiYi*). Datorită existenței mișcării pozitive și a mișcării inverse, trebuie să existe mișcarea lui Yin și Yang sau a materiei reale și a materiei imaginare. Peștele alb-negru din harta Taiji simbolizează de fapt mișcarea pozitivă și mișcarea inversă. Cele Opt Trigrame și Hexagramele expuse circular și în pătrat au, de asemenea, jumătate de aranjament negru (real) și jumătate de aranjament alb (imaginar).

Pe măsură ce studiul teoriei mișcării inverse a continuat, misterul punctului negru și al punctului alb din Harta He și din Scrisul Luo a fost în cele din urmă descifrat. Pata neagră și pata albă din scrierea Luo simbolizează nu numai Yin și Yang, ci și un număr imaginar și un număr Yang. Cu excepția celor cinci numere din centru, celelalte două, patru, șase și opt sunt toate numere

imaginare, în timp ce unul, trei, nouă și șapte sunt numere reale. În acest fel, există numere reale în patru direcții și există numere imaginare în patru colțuri. Cele două tipuri de numere sunt jumătate la jumătate. Acest fenomen este valabil și în cazul hărții He. Toate acestea arată că mișcarea pozitivă și mișcarea inversă reprezintă o unificare, un ciclu de mișcare. Mișcarea inversă se presupune că îmbunătățește mișcarea pozitivă.

Cartea Schimbărilor a descoperit mișcarea inversă și semnificația ei cu trei mii de ani în urmă. *Trigrama Tat a lui Yi* spune: "Nu există o plecare (a oamenilor răi) astfel încât să nu se mai întoarcă". *Marele Tratat despre Yi* spune: "Soarele pleacă și Luna vine; Luna pleacă și soarele vine; frigul pleacă și căldura vine; căldura pleacă și frigul vine". Cu alte cuvinte, lucrurile în mișcare trebuie să aibă două direcții opuse. Atunci, mișcarea inversă înseamnă oare retragere sau repetiție, din moment ce mișcarea pozitivă duce lucrurile înainte? Răspunsul este "nu". Ca o altă formă de mișcare, mișcarea inversă este, de asemenea, progresivă. Laozi spune: "Mișcarea inversă este unul dintre principiile pentru mișcarea materiei".

Universul este împărțit într-o lume a materiei pozitive și o lume a materiei negative. Chen Chuankang, profesor de geografie la Universitatea din Beijing, a spus următoarele: "În univers ar trebui să existe materie negativă și materie pozitivă. Lumea pozitivă este alcătuită din protoni pozitivi și electroni negativi. Pământul pe care trăim în prezent aparține lumii pozitive. Lumea negativă este alcătuită din protoni negativi și electroni pozitivi. Coliziunea dintre materia pozitivă și materia negativă va declanșa o explozie și radiații luminoase". El propune că extratereștrii din spațiul cosmic ar putea proveni din lumea negativă. Contactul dintre om și extratereștri ar putea trece prin trei etape. Prima a fost în antichitate, când a fost finalizată *Cartea Schimbărilor*.

Extratereștrii au inventat abia atunci echipamentul transparent și solid pentru izolare, adică "mașina acoperită cu copertină" din OZN. În cea de-a doua etapă, extratereștrii au inventat membrana simplă pentru izolare și se pot deplasa cu ușurință. În aceste două stadii, omul îi poate vedea pe extratereștri, dar nu poate ține legătura cu ei. Contactul dintre om și extratereștri va fi posibil doar în a treia etapă, când se va inventa echipamentul de transformare a lumii pozitive și a lumii negative. În prezent, este posibil ca extratereștrii să se afle în cel de-al doilea stadiu (*Sursa: Științele Vieții 28 ian. 1990, Cartea schimbărilor și a extratereștrilor*).

În concluzie: ar trebui să existe materie pozitivă (reală) și materie negativă (imaginară). Din moment ce omul există pe pământ ca formă de materie pozitivă, este posibil să existe și alte forme de viață. De exemplu, ar putea exista viață care să ia o formă de energie.

În 1932, fizicianul american Anderson a descoperit în mod neașteptat electroni pozitivi în razele cosmice care veneau din spațiul cosmic. Ulterior, alți oameni de știință au descoperit protoni negativi și neutroni negativi în procesul de descompunere a unor elemente. Neutronii negativi se rotesc spre dreapta, ceea ce este opus sensului de rotație al neutronilor. Acest lucru arată că existența particulelor și a elementelor negative este posibilă. Prin urmare, existența nucleelor negative, a materiei negative, a omului negativ și a unei lumi negative este, de asemenea, posibilă. Cu toate acestea, materia negativă se va lega imediat cu materia pozitivă imediat ce apare. Este greu ca materia negativă să existe pe Pământ. Materia negativă poate exista, eventual, doar în spațiul cosmic, deoarece atunci poate fi extrem de departe de materia pozitivă. Această distanță mare va împiedica aceste două tipuri de materie să se lege una de cealaltă. Dar este greu de localizat vreo constelație îndepărtată în care să existe o lume negativă, deoarece materia pozitivă și materia negativă sunt respinse electromagnetic, ele se vor aduna în direcții opuse, cu caracteristici asemănătoare celor ale câmpului magnetic terestru. Ca urmare, materia negativă ar putea exista doar într-un spațiu cosmic extrem de îndepărtat. (*Sursa: Misterul fizicii, compilat de Yang Zongshu*).

În 1866, Haeckel, un biolog german, a prezentat legea recapitulației. El a spus că "dezvoltarea unui individ este o recapitulare scurtă și rapidă a evoluției speciei sale". Dezvoltarea individuală se referă la timpul scurs de la fertilizare până la maturitate. (*Sursa: Bioecologie generală*). În acest sens, legea recapitulării este legea mișcării inverse.

Recapitularea vieții este o mișcare inversă. Recapitularea este aparent retrogradă. De fapt, recapitularea vieții obține toate informațiile evolutive și conduce dezvoltarea înainte. Un făt uman

se dezvoltă în forma unui om după ce a obținut toate informațiile evolutive care s-au acumulat de-a lungul a un miliard și trei sute de milioane de ani. Prin urmare, mișcarea sa inversă este activă și progresivă, iar scopul său este de a dezvolta ceea ce este util și de a se debarasa de ceea ce este inutil într-o perioadă scurtă de nouă luni. Ea împinge evoluția umană înainte. Aceasta este semnificația mișcării inverse a fătului.

Secțiunea 2. Mișcarea inversă a conștiinței și semnificația ei

Mișcarea inversă a conștiinței este o parte importantă a mișcării inverse a corpului. Ea grăbește dezvoltarea conștiinței. În ceea ce privește semnificația sa, ea poate stimula și chema subconștientul omului, care a fost reprimat multă vreme. Evoluția este un proces de competiție acerbă. "Selecția naturală" există nu numai în luptele fatale dintre diferitele specii, ci și în organele unei vieți individuale. În procesul de evoluție, subconștientul a controlat funcționarea creierului înainte de apariția limbajului. După aceea, conștiința a avut un loc dominant, iar subconștientul a fost reprimat. Mișcarea inversă a conștiinței poate restimula funcțiile subconștientului și îi poate elibera puterea. În acest fel, creierul își poate îndeplini complet funcțiile.

Mișcarea inversă a conștiinței duce la subconștient. Cercetările medicale moderne au descoperit că conștiința este controlată de creierul stâng, iar subconștientul este controlat de creierul drept. Mișcarea inversă de la conștiință la subconștient poate restabili multe funcții primitive ale subconștientului, sau chiar mai departe, a șasea funcție senzorială. De exemplu, un fel de animal unicelular numit *Paramecium* este capabil să se ferească de vătămări, deși nu are un "creier". De asemenea, plantele au "sentimente", deși nu au celule nervoase cerebrale.

Subconștientul nu există doar în creierul drept, ci și în cele 80% de celule cerebrale nefolosite din creierul stâng. Aceste celule latente trebuie să posede informațiile despre funcțiile primitive neobișnuite ale creierului. Starea mentală în practica Qigong este subconștientă și poate accelera mișcarea inversă a conștiinței. Prin practicarea Qigong-ului, este posibil să se restabilească subconștientul timpuriu sau chiar primitiv al unui om. Conștiința a fost derivată din subconștient și apoi a reprimat subconștientul într-un stadiu evolutiv avansat. Prin urmare, Qigong-ul este necesar pentru a reprima conștiința și pentru a elibera funcțiile subconștientului. Acesta este motivul pentru care unii oameni au dezvoltat treptat facultăți neobișnuite în practica Qigong-ului. Reprimarea conștiinței și activarea funcțiilor creierului în starea de Qigong subconștient constituie baza facultăților neobișnuite ale omului.

În mod obiectiv, facultățile neobișnuite ale omului există cu adevărat; cu toate acestea, baza lor științifică nu a fost pe deplin ilustrată din cauza limitelor progresului științific.

În prezent, unele facultăți neobișnuite importante constau în mișcarea lucrurilor prin meditație, transmiterea sentimentelor și teledetecția. Datorită legăturilor consangvine, persoanele care sunt gemeni, frați, surori, mamă și fiică sau tată și fiu pot poseda anumite informații în genele lor. Într-un moment de urgență, aceste informații vor fi retransmise între unul și altul prin idei meditative puternice. Teledetecția se produce în acest fel. Au fost raportate frecvent, atât în țară, cât și în străinătate, cazuri în care persoane au simțit chiar un pericol prin care trecea una dintre legăturile lor consangvine.

În plus, orice viață trebuie să aibă propriul cerc gravitațional, conform legii gravitației universale. Prin urmare, schimbul de informații între cupluri, prieteni, vecini și colegi de muncă este mai frecvent datorită relațiilor apropiate. Deci, în momentul unei urgențe, ideile meditative puternice ale cuiva vor trimite informațiile restabilite pentru a conecta mediile de informare ale legăturilor sale de sânge. Informația restaurată poate fi transmisă și prin intermediul viselor. Astfel, mișcarea inversă a conștiinței este destul de puternică. Din moment ce omul poate dezvolta această putere în momentul unei urgențe, omul o poate dezvolta, de asemenea, și în perioadele normale, prin antrenament. Puterea creierului poate fi foarte bine dezvoltată dacă sunt deschise acele misterioase celule nefolosite. Acesta este punctul pe care îl atinge mișcarea inversă a conștiinței.

În dezvoltarea individuală, atât corpul omului, cât și conștiința sa recapitulează evoluția umană. Recapitularea inteligenței are loc atunci când subconștientul este deschis prin Qigong. De exemplu, cineva a vorbit odată într-un fel de limbaj cosmic pe care nici o persoană modernă nu-l

putea înțelege; o persoană cu o educație precară a menționat brusc niște cunoștințe pe care nu le învățase niciodată; alții au devenit dintr-o dată profund informați. Pe de o parte, fiecare evoluție individuală va lăsa anumite urme de informații asupra evoluției speciei sale. La un moment dat, aceste urme de informații vor reapărea prin intermediul codurilor genetice. Pe de altă parte, s-a dovedit că inteligența locuiește în codurile genetice și poate fi transmisă generațiilor următoare. Unii călugări vor deveni brusc înțelepți și învățați după mulți ani de cultivare. Acest lucru sugerează, încă o dată, că subconștientul poate fi restaurat și deschis.

În plus, este consemnat faptul că un muribund își poate elibera subconștientul. De exemplu, un american, Tom Sawyer, a stăpânit toate cunoștințele de fizică, în special, cunoștințele de mecanică cuantică, după ce a renăscut în a cincea etapă a morții. (*Sursă: Experiența dinaintea morții și cercetarea Qigong-ului, citată de Dong Bin în Qigong și știință, aprilie 1990*). Așa-numita a cincea etapă se referă la armonia dintre un muribund și cercurile cosmice.

Discuția de mai sus arată că restaurarea activă a subconștientului omului prin Qigong va ajuta înțelepciunea umană să se dezvolte mai repede.

Haeckel a menționat doar legea recapitulării fiziologice. Cu toate acestea, Laozi a prezentat legea recapitulării conștiente cu câteva mii de ani în urmă. Aceasta spune: "Omul ar trebui să abandoneze dorințele rele și să se întoarcă la copilăria sa sub o meditație blândă și sănătoasă". Întoarcerea la copilărie nu înseamnă întoarcerea la inocența infantilă, ci conștiința impecabilă a ființelor umane primitive.

Educația omului (de la școala primară la universitate) este, de asemenea, o recapitulare culturală. Ea vizează dezvoltarea viitoare pe baza obținerii realizărilor anterioare ale omului. Progresul viitor, după absolvire, nu se poate face fără întoarcere sau fără o mișcare inversă a conștiinței. Prin urmare, retragerea individuală este doar temporară; ea va împinge evoluția speciei sale înainte.

La fel ca și dezvoltarea fetală a omului, *Cartea Schimbărilor* reface evoluția istoriei Chinei antice. Ea absoarbe realizările din diferite etape și înlătură ceea ce este dezirabil. *Cartea Schimbărilor* a contribuit mult la dezvoltarea și reformarea culturii chineze. Ea a pus bazele importante ale progresului viitor al culturii chineze, de asemenea.

Studiul *Cărții Schimbărilor* este, de asemenea, o mișcare inversă în cultura chineză. Acesta va produce descoperiri mai fructuoase.

Secțiunea 3. Efectele de reprimare-eliberare asupra organelor omoloage lăsate de mișcarea inversă

Evoluția umană acoperă o lungă istorie de trei milioane de ani. Stadiul fetal este o recapitulare a evoluției umane. S-a dovedit că omul și un milion cinci sute de mii de creaturi de pe Pământ au derivat din același strămoș. Un învățat antic a spus odată: "Toate tipurile de viață au venit din mare". (*Acum, unii oameni cred că evoluția de la minerale la substanță organică este legată de coliziunea dintre pământ și alte corpuri cerești*).

Evoluția umană a trecut prin multe salturi semnificative, cum ar fi saltul de la minerale la substanță organică, saltul de la animale unicelulare la animale pluricelulare și saltul de la animale nevertebrate la animale vertebrate. Omul a cunoscut stadiul de procariot, stadiul de *gastrocel*, stadiul de *vermiform*, stadiul de *notocorda*, stadiul de pește, stadiul de amfibiu, stadiul de reptilă și stadiul de maimuță. Acest lucru sugerează că omul și toate celelalte creaturi au aceeași origine. Dezvoltarea fetală a omului dovedește, de asemenea, că omul și toate animalele vertebrate, cum ar fi peștii, mamiferele și primatele, împărtășesc legături de consangvinitate. În acest sens, printre strămoșii omului ar trebui să se numere peștii din perioada Devoniană, reptilele din perioada Permiană, păsările în perioada jurasică, mamiferele în perioada cretacică, maimuțele în perioada terțiară și maimuțele în perioada cuaternară. Aceasta este *autoploidie* evolutivă.

Analogia și *autoploidia* sunt fenomene evolutive. În ceea ce privește biologia modernă, organele omoloage sunt similare ca origine, structură și localizare, dar diferite ca formă și funcție. Cele patru membre ale animalelor vertebrate pot fi un exemplu. Organele analoage sunt similare ca funcție, dar diferite ca origine și structură. De exemplu, aripile păsărilor derivă din picioarele

anterioare, iar aripile insectelor derivă din plăcile sternale și dintr-o parte a plăcilor laterale. Unele organe sunt atât omologe, cât și analoge. Brațele umane sunt similare cu membrele anterioare ale cailor; aripile păsărilor sunt similare cu aripile liliecilor. (*Sursa: Biological Evolution, compilat de Li Nan*).

Autoploidia constă în *autoploidia* evolutivă și *autoploidia* fetală. Multe forme omologe sau analoge au degenerat în evoluția umană. De exemplu, pielea umană poate fi comparată cu membranele celulare ale animalelor unicelulare; cu toate acestea, funcțiile respiratorii și excretoare ale pielii umane nu sunt la fel de importante ca în cazul membranelor celulare ale animalelor unicelulare. În special, funcțiile respiratorii au degenerat foarte mult din cauza dezvoltării avansate a plămânilor.

Qigong-ul respirației fetale este un fel de mișcare inversă pentru a restabili funcția respiratorie a pielii. Principiile sale sunt reducerea respirației pulmonare, creșterea respirației cutanate, deschiderea numeroaselor pliuri ale pielii și, în final, creșterea rezervei de respirație a organismului. Acest tip de Qigong este unul dintre cele mai înalte Urgențe ale cultivării taoiste. Pentru a-l practica bine este nevoie de o respirație profundă. *Zhuartgzi: Marii maeștri* spune: "Respirația oamenilor obișnuiți ajunge doar până la gât, dar maeștrii Qigong-ului cu respirație fetală pot să-și ghideze respirația până în partea inferioară a Dantianului, care este poarta vieții; apoi adoptă respirația abdominală și ghidează respirația din toate *spiracolele*[*]; în acest moment, respirația din nări se reduce atât de mult încât este chiar incapabilă să miște o pană. *Boo Pu Zit* scris de Ge Hong, are cuvinte similare. După o practică îndelungată, se va expira Qi din *spiracole* cu o senzație de confort. O persoană va fi stăpânit Qigong-ul cu respirație fetală dacă poate ghida în mod meditativ Qi dinspre piele spre Dantian inferior și poate ghida Qi în sus pentru expirație prin piele. Această măiestrie va da tot interesul funcției respiratorii a pielii în stadiul unicelular și va crește rezerva de respirație a organismului.

Prin urmare, Qigong-ul este capabil să stimuleze și să restabilească facultățile primitive neobișnuite ale omului, inclusiv cea de-a șasea funcție senzorială, care a degenerat din cauza dezvoltării avansate a creierului. Aceasta este o mișcare inversă de la conștiință la subconștiință.

În evoluția umană, o parte din funcțiile unui organ poate avea o dezvoltare avansată care reprimă și degenerează celelalte funcții ale acestui organ. De exemplu, conștiința omului a cunoscut o dezvoltare rapidă și a reprimat subconștiința omului după ce a apărut limbajul; funcțiile abdomenului au degenerat din momentul în care omul a renunțat să se mai târască și a început să se țină pe două picioare. Mai mult, unii oameni devin burtoși pe măsură ce trec anii și riscă să se îmbolnăvească de multe boli din cauza degenerării abdominale. Funcția respiratorie a pielii a fost, de asemenea, redusă din cauza dezvoltării avansate a plămânilor de când stadiul terestru a înlocuit stadiul acvatic. Aceste fenomene au rezultat în urma liberei concurențe din evoluția biologică. În concluzie, aceste funcții degenerate nu sunt inutile, ele sunt doar reprimate de competiția evolutivă. Mișcarea inversă urmărește doar să elibereze funcțiile reprimate de mult timp pe care omul le-a avut cândva. Restabilirea acestor funcții va fi importantă pentru utilizarea potențialului uman, întârzierea senilității și prelungirea vieții.

Secțiunea 4. Aplicarea teoriei organelor omoloage la știința medicală

Autoploidia constă în *autoploidia* evolutivă și *autoploidia* fetală. Organele omoloage au rezultat din legea recapitulării și sunt unite prin legături de consangvinitate.

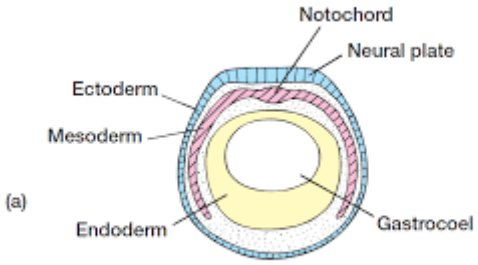
Organele umane au provenit din *tridermul* fătului. Legăturile dintre organe vor fi mai puternice dacă originile lor sunt mai asemănătoare.

Dezvoltarea fetală este recapitularea evoluției biologice. Geneza umană începe în momentul fertilizării și trece printr-un stadiu de blastulă, un stadiu de gastrulă și un stadiu de *triderm*. Prin aceste stadii parcurge evoluția animalelor vertebrate. *Tridermul* uman este alcătuit din *endoderm*, *mezoderm* și *ectoderm*, iar toate celelalte sisteme și organe vor fi derivate din aceste trei straturi germinative. (*Sursa: Geneza umană*). *Autoploidia* în dezvoltarea unui făt uman este prezentată în

---

* o deschidere respiratorie externă, în special fiecare dintre un număr de pori de pe corpul unei insecte, sau fiecare dintre o pereche de fante branhiale vestigiale din spatele ochiului unui pește cartilaginos.

ilustrația 28-1.



Ilustrația 28-1. Modelul de origine și de evoluție din Triderm

Ectoderm
Trahee, bronhii, epiteliu pulmonar
Stomac și intestin, ficat, pancreas, epiteliul vezicii urinare, epiteliul uretrei ombilicale
Faringe, glanda tiroidă, cavitatea timpanică, trompa timpanică, amigdalele epiteliu paratiroidian

Mesoderm
Capul: craniu, dinte, țesut conjunctiv, mușchi
În jurul axei: mușchi trunculari, schelet truncular, țesut conjunctiv, derm.
Partea mezomerică: sistemul urogenital, glanda genitală, trompele și glanda accesorie
Placa laterală:

Țesutul conjunctiv al organelor interne.
Învelișul seros al cavității pleurale, al cavității peritoneale și al cavității pericardice.
Sângele și limfocitele, inima, vasele de sânge, splina.
Cortexul suprarenal, sistemul limfatic.

Ectoderm
Ectodermul suprafacial: epiderma, părul, unghia, glanda dermică, glanda mamară, lobul hipofizei anterioare, smalțul, urechea internă, cristalin.

Ectodermul neural:

Creasta neurală:

neuroganglionul meningeal
Nervi cranieni și nervi spinali.
Măduva suprarenală
Celula pigmentară

Tubul neural:

SNC (sistemul nervos central)
Retina
Corpul pineal
Lobul hipofizei posterioare

(Sursa: Canada K.L.Muir Human Genesis People's Hygiene Press. P52)

Organele omoloage ale omului sunt diferite atât ca formă, cât și ca funcție; cu toate acestea, ele împărtășesc totuși legături speciale de consangvinitate și relații patologice ascunse. Prin urmare, teoria organelor omoloage este valoroasă în depistarea bolilor ascunse și apoi în realizarea unei analize timpurii a diagnosticului precoce.

Evoluția biologică este în continuă desfășurare. Dezvoltarea unui făt este o recapitulare a evoluției speciei sale. Acest lucru a fost numit legea biogenetică sau teoria recapitulației de către biologul german Haeckel. Recapitularea se referă, de fapt, la o repetare la un nivel superior de

fiecare dată când se dezvoltă o nouă generație. *Autoploidia fetală* a oferit o nouă bază teoretică pentru relațiile dintre organele umane. Între timp, ea îmbogățește teoria MTC a viscerelor și duce mai departe studiul MTC.

I . Semnificația patologică a autoploidiei între suprarenale și gonade

Suprarenalele și gonadele sunt organe omologe în stadiul fetal. Ambele își au originea în mezoderm și au în comun o legătură consanguină. Ele se completează reciproc din punct de vedere fiziologic. De exemplu, ambele secretă hormoni sexuali și împărtășesc o legătură patologică de cauză și efect. În practica clinică, secreția de hormoni sexuali va scădea dacă apare boala Addison și va crește dacă are loc boala Gushing. În consecință, neregula endocrină renală este declanșată de o tulburare metabolică a gonadei. Prin urmare, este posibil să existe o boală ascunsă între suprarenale și gonade.

II. Semnificația patologică a autoploidiei între piele, plămâni și păr

Conform evoluției biologice, plămânii, pielea și părul sunt omologi și analogi în stadiul de animale unicelulare, care sunt strămoșii animalelor nevertebrate. De exemplu, protozoarele respiră prin intermediul suprafețelor corpului lor. Respirația plămânilor începe să predomine atunci când stadiul de reptilă înlocuiește stadiul de amfibie. Între timp, pielea se retrage într-o poziție complementară. MTC a observat deja că plămânii sunt în mod special legați de piele și de păr. Ea spune: "Plămânii corespund pielii și părului, ei vor fi cu siguranță afectați dacă pielea și părul se molipsesc de unele rele reci". Din punct de vedere clinic, plămânii pot fi puși în pericol de o tumoare malignă latentă dacă pielea suferă de mâncărimi, acantoză nigricană sau dermato-miozită.

III. Semnificația patologică a autoploidiei între sistemul endocrin și sistemul nervos

Conform evoluției biologice, sistemul endocrin și sistemul nervos sunt omologi. Glanda nervoasă a unui *ascidian* adult poate fi considerată ca fiind structura primitivă a hipofizei. (*Sursa: The Body of Vertebrate Animals*). Aceasta sugerează că legăturile de consangvinitate dintre aceste sisteme pot fi urmărite până la animalele nevertebrate. Neurosecreția, cooperarea primitivă a celor două sisteme, se realizează prin substanța secretată de sistemul neuroendocrin. Hipotalam-encefalul controlează, de asemenea, hipofiza, care este o glandă endocrină importantă.

Celulele neuroendocrine din hipotalam-encefal sunt capabile atât de funcții nervoase, cât și de funcții endocrine. Ele pot elibera neuro-hormoni pentru a influența hipofiza. În acest fel, se realizează reglarea endocrină. Pe de altă parte, reglarea endocrină influențează și sistemul nervos. Între aceste două sisteme există o legătură cauză-efect datorită consangvinității fiziologice. Sistemul endocrin va fi în dezordine dacă sistemul nervos își pierde controlul; iar dezordinea endocrină va provoca în același timp probleme nervoase. De exemplu, o modificare a sistemului endocrin în timpul adolescenței sau al menopauzei este cel mai probabil să provoace psihoză. Prin urmare, cele două sisteme sunt conectate în mod patologic prin legături de consangvinitate.

IV. Semnificația patologică a autoploidiei dintre sistemul meridian și sistemul nervos

Sistemul de meridiane contribuie în mod special la MTC. O practică de două mii de ani în China a dovedit că sistemul meridianelor are o funcție de conducere, deși nu este implicat în evoluția biologică. Potrivit MTC, acesta leagă viscerele și membrele servind drept canal pentru circulația energiei.

Sistemul nervos controlează și reglează toate celelalte sisteme din organism. El joacă un rol decisiv în acceptarea, transmiterea, prelucrarea și restabilirea informațiilor. Este derivat din neuroganglionii din *ectoderm*. În prezent, geneza sistemului de meridiane rămâne încă nedovedită; cu toate acestea, aceste două sisteme sunt similare în ceea ce privește structura și funcția. Este posibil ca ele să fie omologe pe baza *autoploidiei evolutive*. Din punctul de vedere al teoriei structurale, se poate concluziona că sistemul meridian și neuroganglionii sunt omologi în stadiul fetal, înainte de a avea loc diferențierea. În ceea ce privește funcția, sistemul meridian este, de asemenea, conductiv și completează sistemul nervos. De asemenea, acestea se influențează reciproc

din punct de vedere patologic. De exemplu, sistemul meridian va fi lent la stimulare dacă sistemul nervos merge prost; dimpotrivă, răspunsul sistemului meridian prevestește și performanța sistemului nervos. Aceasta este *autoploidia* posibilă între aceste două sisteme.

V . Semnificația patologică a autoploidiei dintre glanda mamară și glanda sudoripare

Glanda mamară a fost derivată din glanda sudoripară. Într-un anumit sens, este o glandă sudoripară specială. Ambele își au originea în *ectoderm* în stadiul fetal și au o legătură consanguină. În practica clinică, cancerul cutanat și cel mamar sunt înrudite din punct de vedere patologic. O femeie va fi posibil amenințată de cancer mamar dacă suferă de mâncărimi repetate la nivelul pielii, erupții cutanate, herpes zoster, *acanthosis nigricans*, dermatomiozită sau nevrită periferică.

Conform *autoploidiei* dintre aceste două sisteme, un abces mamar precoce poate fi vindecat de *Decoctul de efedră*, care este capabil să inducă diaforeza; iar un abces mamar cu transpirație datorată debilității poate fi vindecat de *Decoctul de scorțișoară*. Toate acestea sugerează că *autoploidia* lor are o valoare teoretică în practica clinică.

VI. Semnificația patologică a autoploidiei dintre oase și rinichi

Atât oasele, cât și rinichii sunt omologi în geneză. Aceștia provin din *ectodermul* fătului. Prin urmare, ele sunt înrudite din punct de vedere biologic și patologic. Doctrina MTC a stării de visceralitate subliniază foarte mult această relație. Ea spune: "Oasele depind de rinichi, măduva osoasă generează din rinichi". În practica clinică, bolile osoase sunt deseori vindecate de la rinichi; dacă oasele sunt puternice sau nu, prezic starea rinichilor. *Întrebări simple: Despre Adevărul străvechi* spune: "La vârsta de douăzeci și opt de ani, o femeie se mândrește cu oase robuste, păr lung și o sănătate bună. La vârsta de șaizeci și patru de ani, un bărbat suferă de păr alb, supraponderabilitate, pași nesiguri și sterilitate. Acest lucru se datorează faptului că oasele sale s-au slăbit și hormonii săi sexuali s-au epuizat".

VII. Semnificația patologică a autoploidiei dintre sistemul reproducător și sistemul urinar

Aceste două sisteme sunt omoloage și își au originea în *mezodermul* fătului. În afară de gonade și de suprarenale, care secretă hormoni steroizi, glanda Bartholin și glanda Cowper sunt, de asemenea, omoloage. În plus, locurile anatomice ale acestor două glande sunt mult mai apropiate, ceea ce le strânge relațiile. Prin urmare, ele împărtășesc o relație cauză-efect. De exemplu, o persoană care suferă de *vestibulită,* suferă adesea și de impotență și sterilitate. Pe de altă parte, o infecție în sistemul urinar duce întotdeauna la *vestibulită*.

VIII. Semnificația patologică a autoploidiei dintre sânge și fluidele limfatice

Evoluția sistemului vascular este un proces gradual de la ceea ce este simplu la ceea ce este complex. Cel mai timpuriu animal unicelular își finalizează transmiterea umorală prin *ciclostază*, iar circulația sanguină a animalelor a derivat de la sistemul circulator deschis la sistemul circulator închis. În cel mai timpuriu sistem circulator deschis, sângele, limfa și fluidele tisulare nu sunt separate. Prin urmare, sângele și fluidele corporale sunt omologi și analogi încă de la început. Acest lucru arată că sângele și fluidul corporal împărtășesc legături de consangvinitate în stadiul primitiv. Acest lucru dovedește, de asemenea, propunerea MTC conform căreia sângele și fluidele corporale provin din aceeași sursă.

Vasele de sânge și vasele limfatice sunt omoloage în stadiul fetal. Acestea provin din *mezoderm*. Sistemul vascular este primul sistem care își are originea la făt, iar geneza vaselor limfatice are loc două săptămâni mai târziu. În plus, toate limfocitele sunt derivate din celulele stem *hemapoietice* din vitelină. Acum, o altă opinie susține că primele vase limfatice derivă din capilarele din endoteliul venos. (*Sursă: Geneza umană. Canada. K. L. Muir, traducere de He Zeyong, People's Hygiene Press, 1982*).

Prin urmare, există o strânsă legătură de consangvinitate între sistemul vascular și sistemul limfatic. Din punct de vedere biologic, lichidele limfatice provin din lichidul tisular din plasmă, intră în capilare prin intermediul lichidului tisular filtrat din capilare și se întoarce în vene prin

intermediul vaselor limfatice. *Limfocina* este o ramură a circulației sistemice. În acest sens, sistemul limfatic prelungește și completează sistemul vascular; de asemenea, el menține echilibrul între sânge și lichidul interstițial, în afară de legătura sa defensivă datorată consangvinității evolutive. De exemplu, o obstrucție a returului limfatic va provoca *hidrops*, deoarece creează probleme pentru circulația sângelui și circulația sistemică. În același timp, dacă circulația sângelui merge prost, circulația limfatică și circulația sistemică vor fi în dezordine, iar echilibrul dinamic al fluidelor corporale va fi scăpat de sub control. Ca urmare, pot apărea multe boli.

IX. Semnificația patologică a autoploidiei dintre ficat, stomac și intestine

Ficatul animalelor vertebrate este o protuberanță mare pe suprafața canalului alimentar. El are funcții de refacere și de transformare. Prin urmare, este omolog cu stomacul și intestinele în geneza fetală. Toate acestea provin din *endoderm*. MTC susține că ficatul și splina nu numai că se inhibă reciproc, ci se și generează reciproc. Din punct de vedere patologic, ele au o legătură cauză-efect. De exemplu, splina poate fi afectată mai întâi de bolile ficatului. *Sinopsis of Prescriptions of the Golden Chamber* spune: "Bolile de ficat afectează splina, prin urmare, splina trebuie întărită mai întâi pentru a vindeca bolile de ficat". Aceste cuvinte arată legătura consangvină dintre ficat și splină.

X . Semnificația patologică a autoploidiei dintre vezica urinară și plămâni

Vezica urinară și plămânii sunt omologi în stadiul fetal. Ambele își au originea în *mezoderm*. Conform evoluției biologice, *alantoidul* are funcție respiratorie la reptile, păsări și chiar la unele mamifere. Vacuola contractilă a protozoarelor este cel mai timpuriu sistem excretor. De exemplu, vacuola contractilă a amibei este capabilă atât de respirație, cât și de excreție. Acest lucru dovedește că plămânii și rinichii provin din aceeași sursă. *Canonul de medicină al împăratului* mai spune: "Vezica urinară este unul dintre cele șase organe Fu. Ea corespunde pielii și părului în ceea ce privește funcția". (*Pivotul spiritual*). Prin urmare, sistemul urinar și sistemul respirator se completează reciproc și împărtășesc o legătură consanguină. Acest lucru este în acord cu propunerea MTC conform căreia rinichii sunt strâns legați de funcțiile fluidelor corporale. MTC susține că plămânii sunt sursa superioară a fluidului corporal, iar rinichii sunt sursa inferioară a fluidului corporal. Sursa inferioară se va usca dacă sursa superioară nu are apă. Astfel, ele sunt strâns legate între ele.

Sistemul urinar uman și-a pierdut funcția respiratorie, dar continuă să completeze plămânii, pielea și părul în ceea ce privește funcțiile fluidelor corporale. De exemplu, pielea și părul omului au încă funcții respiratorii și excretoare, care fac față armonios sistemului urinar; astfel, pielea este un organ complementar important pentru plămâni și rinichi. Din punct de vedere patologic, pielea influențează plămânii și rinichii, și invers. Acest fenomen este semnificativ în descoperirea bolilor latente.

Pe baza evoluției biologice, analiza de mai sus arată că organele umane sunt caracterizate de *autoploidie fetală*, precum și cu *autoploidie evolutivă* și analogie. Această consangvinitate este importantă pentru practica clinică în MTC.

În concluzie, legea mișcării inverse subliniată de *Cartea Schimbărilor* înseamnă foarte mult pentru știința vieții umane. În special, mișcarea inversă a conștiinței este forța de reacție a mișcării apei; ea poate activa și elibera în mare măsură subconștientul omului, îndelung reprimat.

(Traducere de Zhang Shanglian)

Capitolul 29

Cartea Schimbărilor și Bionica

Secțiunea 1. Ideea bionică din Cartea Schimbărilor

Deși istoria evoluției umane se întinde pe mii de ani, evoluția ființelor vii a avut loc pe

parcursul a milioane de ani. Toate ființele vii din lume trebuie să urmeze cea mai elementară lege universală, chiar și ființele umane, exemplul animalelor, nu pot fi exceptate. În cursul evoluției de milioane de ani, ființele vii și-au exercitat o puternică adaptabilitate într-un mediu sumbru și au supraviețuit după ce au depășit numeroase dezastre.

Mii și mii de tipuri de ființe vii concurează pentru a supraviețui. Pentru a evita eliminarea naturală dură, ele trebuie să își dezvolte cu disperare instrumentele de adaptare care își arată probele speciale respective în lungul proces de evoluție. Toate ființele vii au acum propriile abilități unice. Deși omul este cel mai înalt dintre toate ființele vii, el este unul dintre milioanele de feluri de ființe vii, la fel ca o picătură de apă în mare. Omul are multe abilități superbe pe care alte ființe vii nu le au; totuși, el este adesea deficitar în unele abilități speciale pe care le au alții, iar unele dintre acestea sunt exact ceea ce are nevoie omul. Asta arată că bionica este un domeniu vast, o resursă inepuizabilă pentru om.

Bionica este aplicarea principiilor biologice la producție. Știința practicii vii este o știință atât veche, cât și tânără.

Bionica veche a început în perioada timpurie a istoriei noastre civilizate. Figura unui pește poate fi văzută în imaginea colorată realizată acum mai bine de șase mii de ani și dezgropată în China. A se vedea figura 29-1.

Figura 29-1. Peștele Yin Yang din cultura Yangshoo

Cartea Schimbărilor, scrisă acum mai bine de trei mii de ani, acordă o mare atenție bionicii. De exemplu, *Marele Tratat despre Yi* subliniază în mod clar că ar trebui să contemplăm păsările și animalele și să învățăm astfel din bionică cum să ne ghidăm practica. Astfel, acesta subliniază cu emfază că "în vechime, când Bao-xi a ajuns să conducă toate cele de sub ceruri, privind în sus, el a contemplat formele strălucitoare expuse pe cer, iar privind în jos a cercetat modelele arătate pe pământ. El a contemplat înfățișările ornamentale ale păsărilor și animalelor și diferitele adecvări ale solului. Aproape de el, în propria persoană, a găsit lucruri de luat în considerare, iar la distanță, lucruri în general. Pe baza acestui lucru a conceput cele Opt Trigrame". Printre acestea, "contemplarea aspectelor ornamentale ale păsărilor și animalelor" arată că originea celor Opt Trigrame are legătură cu bionica. De exemplu, originea liniilor Yin Yang din cele Opt Trigrame are legătură cu pocnetul carapacei de broască țestoasă; divinația din *Cartea Schimbărilor* își are, de asemenea, originea în venele portante ale broaștei țestoase eficace. Acest lucru a fost consemnat în mod explicit în *Cartea Schimbărilor;* de exemplu, se spune în Yi: *Yi: prima linie, nedespărțită că* "îți lași țestoasa eficace și te uiți la mine până când îți atârnă maxilarul inferior. Acolo va fi rău". Toate acestea arată că *Cartea Schimbărilor* este strâns legată de bionică.

În inscripțiile dezgropate pe oase și carapace de broască țestoasă din perioada Yin (aproximativ 1600 î.Hr. - 1000 î.Hr.;) și din perioada Zhou (aproximativ 1000 î.Hr. - 256 î.Hr.) se găsesc multe cuvinte din bionică. Majoritatea inscripțiilor de pe oase și carapace de broască țestoasă erau *dictograme*, de exemplu, în caracterele din "*Tulpinile celeste și cele douăsprezece ramuri*", cuvântul

(si) seamănă cu figura unui șarpe. Figura pentru cuvântul

(zi) este ca un șoarece;

(chou), ca un bou;

(yin), ca fața dreaptă a unui tigru, etc. Shun Hai Jing din perioada Statelor Războinice consemnează, de asemenea, realizările bionice ale Chinei, ceea ce reprezintă un material de referință important pentru studiile bionice.

Bionica din China are o sursă îndepărtată și o istorie îndelungată. Pentru o perioadă îndelungată, ea a adus contribuții remarcabile la practicile productive și sociale ale poporului chinez. În prezent, ea s-a infiltrat în multe domenii, cum ar fi medicina, ingineria genetică, astronomia, agricultura, zootehnia, cultura fizică, arta, literatura, industria și apărarea națională etc., ceea ce joacă un rol de avangardă în dezvoltarea științifică a Chinei.

Bionica modernă a fost fondată oficial în 1960. Este o știință de graniță nouă și în curs de dezvoltare, o știință în care principiile biologice sunt combinate cu tehnici moderne de inginerie. Ea are o semnificație de mare anvergură pentru dezvoltarea fiecărui subiect.

Secțiunea 2. Știința medicală bionică

Știința medicală bionică este un domeniu de graniță în care biologia este aplicată în știința medicală. Cea mai veche medicină bionică din China a fost vinificația. Aceasta a început în timpul perioadei Xia (aproximativ 2000 î. Hr.-1600 î. Hr.) și a fost consemnată în *Tactica statelor beligerante: Tactici Wei*: În *Rețete valoroase* ale dinastiei Tang se spune că se poate trata boala biliară (boala de mărire pur tiroidiană) cu glanda tiroidă a unei oi. În plus, MTC folosește pancreasul pentru a trata diabetul. Tratamentul pictural în MTC este o aplicație concretă a farmacologiei bionice. De exemplu, șanțurile unei nuci se aseamănă foarte mult cu cele două emisfere ale creierului, așa că este imitat pentru a hrăni creierul; un pangolin și o râmă sunt active prin natura lor, așa că sunt folosite pentru a debloca canalele. Broasca țestoasă este liniștită prin natura ei, așa că este folosită pentru a cultiva Yin. *Cicada* este pricepută la ciripit, așa că este obținută pentru a deschide vocea etc. Toate cele de mai sus au jucat un rol activ în tradiția farmacologie tradițională chineză.

În China, bionica modernă s-a dezvoltat rapid, inclusiv producția de diferite tipuri de vaccinuri medicale și antibiotice.

Ceea ce atrage atenția oamenilor în mod special este faptul că în China s-a inițiat sinteza artificială a insulinei, care a creat un precedent pentru producția mondială de proteine sintetice artificiale, a adus speranță în domeniul sintezei artificiale și a arătat perspectivele vaste ale medicinei bionice. În prezent, fiecare tip de frontieră bionică a științei s-a dezvoltat viguros, cum ar fi ingineria genetică, ingineria microorganismelor, ingineria celulară etc. Dezvoltarea rapidă a bionicii va împinge cu siguranță cu forță înainte în direcția științei medicale.

Secțiunea 3. Qigong bionic

Qigong-ul bionic este o mare realizare a bionicii chinezești. Acesta a jucat un mare rol de promovare în dezvoltarea Qigong-ului chinezesc. *Cartea Schimbărilor* pune un mare accent pe bionică. Pe lângă accentul pus pe țestoasa eficace în *Textul lui Yi*, bionica este, de asemenea, foarte mult subliniată în *Comentariile despre Yi.* De exemplu, se spune în *Marele Tratat despre Yi* că "privind în sus, el (Bao Xi) a contemplat formele strălucitoare expuse pe cer, iar privind în jos a cercetat modelele arătate pe pământ. El a contemplat înfățișările ornamentale ale păsărilor și animalelor și diferitele adecvări ale solului. Aproape de el, în propria persoană, a găsit lucruri de luat în considerare, iar la distanță, lucruri în general". În aceste cuvinte, "contemplând înfățișările ornamentale ale păsărilor și animalelor" subliniază importanța bionicii.

Qigong-ul bionic a început în antichitate, în China. De exemplu, există consemnarea Qigong-ului șarpelui în *Shan Hai Jing*, care spune că "În afara mării de nord-vest, există un zeu.

Este roșu, cu o față de om și un corp de șarpe. Lungimea corpului său este de aproximativ o mie de ***li***. Cei doi ochi ai săi sunt îngustați în fante. Când sunt închiși, cerul este întunecat; când sunt deschiși, cerul este luminos. Nu mănâncă, nu doarme și nu respiră. Vântul și ploaia sunt hrana sa. Luminează locul extrem de întunecat. Se numește Zhukitig (dragon lumânare)". (*Da Huang Bei Jing*).

În plus, Qigong-ul șarpelui este consemnat și în *Hoi Wai Bei Jing*. De exemplu, "există un zeu la Muntele Zhongshan. Acesta se numește Zhu Yin. Când ochii săi se deschid, vine ziua; când se închid, vine noaptea; când suflă, vine iarna; când inspiră, vine vara. Nu bea și nu mănâncă și rareori respiră. Odată ce respiră, vine vântul. Corpul său se întinde pe o mie de ***li***. Se află la est de Wuqi (numele unui loc). Este un animal cu fața de om și corpul de șarpe, de culoare roșie. Trăiește la poalele muntelui Zhongshan".

O consemnare a imitării Qigong-ului țestoasei se găsește în *Xing Qi YuPei Ming* dezgropat în Ma Wang Dui din Changsha, 1973. Se spune: "În direcționarea forței, înghițiți-o mai întâi. Apoi este depozitată. În acest moment, întindeți gâtul și forța coboară. Apoi se fixează; apoi devine fermă; apoi germinează; și moare în cele din urmă". Acest lucru arată că Qigong-ul de imitare a broaștei țestoase era foarte popular în *Perioada Statelor Războinice*. În *Zhuangzi: Ke Yi* există o consemnare conform căreia "a întinde gâtul ca un urs și a întinde corpul ca păsările este pentru longevitate". În *Perioada celor Trei Regate* (aproximativ 220 - 280), un medic celebru pe nume Hua Tuo a creat *Dao Yin Gong - Jocul celor cinci fiare*, imitând comportamentul a cinci tipuri de fiare. În scrierile din timpul dinastiei Han târzii: *Commentaries on Hua Tuo*, este scris că "Hua Tuo i-a spus elevului său Wu Pu că "Am o artă numită *Jocul celor cinci fiare*. Primul este tigrul; al doilea, cerbul; al treilea, ursul; al patrulea, maimuța; al cincilea, păsările. Acestea pot fi folosite pentru a elimina bolile și sunt de ajutor pentru picioare și mâini. Le folosim pentru a ne ghida acțiunile. Dacă vă simțiți inconfortabil în corpul vostru, încercați să imitați jocul unei fiare.

Atunci vă veți simți confortabil și veți transpira. Fața vă va străluci, corpul se va relaxa și veți avea dorința de a mânca. Detaliile sunt următoarele:

Imitarea tigrului: imitați îndrăzneala, puterea și rapiditatea tigrului, cum ar fi acțiunea sa de a se năpusti și de a apăsa, întoarcerea bruscă și fuga violentă etc., pentru a crește violența corpului și pentru a facilita circulația sângelui.

Imitarea cerbului: imitați blândețea și extensivitatea acestuia, de exemplu, întinderea gâtului, întinderea corpului în față, întoarcerea capului pe spate, ridicarea capului și alergarea etc., pentru a întinde mușchii și oasele și pentru a exersa membrele și trunchiul.

Învățarea de la maimuță: se învață de la maimuță agilitatea și activitatea sa, cum ar fi săriturile, cățăratul și întinderea etc., pentru a îmbunătăți agilitatea și pentru a revigora corpul.

A lua de la urs: luați de la urs fermitatea și vigoarea sa, cum ar fi pașii, ghemuirea și întinderea labei, pentru a întări talia și fesele.

Exersând ca și cocorul: exersați nepăsarea și rigiditatea cocorului, cum ar fi întinderea aripilor, zborul și bătaia aripilor, astfel încât să dilată pieptul și să întărească inima și plămânii.

Cele mai importante realizări ale Qigong-ului bionic sunt următoarele:

I . Hibernarea țestoasei și a șarpelui și liniștea Qigong

În cursul îndelungat al evoluției ființelor vii, multe animale, pentru a se adapta la mediu, au fost nevoite să adopte modul de hibernare pentru a-și economisi energia și a-și păstra forțele în timpul iernii reci. În prezent, oamenii de știință se pregătesc să instaleze un congelator de dormit care să imite hibernarea unui animal. Dacă un om poate fi astfel înghețat, el poate trăi 200 de ani. Altfel spus, dacă un om doarme noaptea într-o casă înghețată și își scade temperatura corpului la 15° în stare de hibernare, va trăi până la 200 de ani. Consumul de oxigen al unui șarpe care hibernează este de numai 10% din cel normal. Omul nu-și poate modifica temperatura corpului, deoarece este un animal *homoiotermal*, dar poate adopta modalitatea de a încetini respirația pentru a-și economisi energia. Prin urmare, Qigong-ul liniștit, cu liniște exterioară și activitate interioară, este creat pentru a economisi energia și pentru a dezvolta constant capacitatea de conservare.

Dezvoltarea capacității de conservare este una dintre verigile importante în prelungirea

vieții. Motivul pentru care MTC pune un accent puternic pe relația dintre rinichi și decrepitudine și moarte este că "rinichii sunt responsabili de stocare". Qigong-ul liniștit poate diminua consumul de energie, poate proteja vitalitatea în mod eficient și poate prelungi viața. Astfel, este demn de o înaltă apreciere.

II. Fundamentul gong-ului de respirație a fătului

Gong-ul de respirație a fătului a fost fondat prin imitarea respirației lente a unei țestoase, a nerespirării lui "Zhulong" și a respirației unui făt uman. Caracteristica Gong-ului de respirație a fătului este de a respira profund și lent, inspirând direct în regiunea pubiană, apoi expirând prin porii întregului corp. Este foarte important să se antreneze capacitatea de "sub-respirație" și să se exploateze potențialul respirației porilor ca rezervă. Se poate spune că este o simulare a membranei celulare a vechilor organisme unicelulare. MTC a observat de mult timp semnificația porilor în respirație. De exemplu, se spune în *Canonul de medicină al împăratului* că "cele trei Jiso și vezica urinară corespund porilor", (cele trei Jiao se referă la cele trei părți din corpul uman, inclusiv Jiao superior, Jiao mijlociu și Jiao inferior. Jiao superior se referă la partea de la gura superioară a stomacului până la partea de sub limbă; Jiao mijlociu se referă la partea dintre gura superioară și gura inferioară a stomacului; Jiao inferior se referă la partea de la gura inferioară a stomacului până la cavitatea pelviană). Această propoziție subliniază faptul că există o relație de corespondență între pori și vitalitatea celor trei Jiao. *Cea de-a treizeci și una dificultate* din *Clasicul dificultăților* subliniază, de asemenea, că "cele trei Jiao sunt începutul și sfârșitul energiei". Cea de-a treizeci și opta dificultate spune că "cele trei Jiao sunt trimișii vitalității. Ei gestionează toată energia".

Sinopsisul Camerei de Aur spune că "porii sunt locurile prin care energia se îndreaptă către cei trei Jiao". (Canalele Zang Fu și condițiile de puls, prima). Acest lucru subliniază faptul că porii sunt locurile prin care energia intră și iese. Aceasta arată că MTC a acordat întotdeauna importanță funcțiilor de respirație ale porilor. Miliarde de pori, ca niște mici ferestre ale corpului uman, ajută la respirația inimii, a plămânilor, a gurii și a nasului. Așadar, este foarte important ca Qigong-ul bionic să pună accentul pe respirația fătului și pe absorbția respirației prin gândire pentru a îmbunătăți respirația porilor de pe piele. Este, de asemenea, un exemplu practic de imitare a organismelor antice.

III. Semnificația lui Pi Gu și Shi Qi bionic

Pi Gu înseamnă a nu mai mânca. Există o consemnare a faptului că Zhulong nu mai mănâncă în *Shan Haijing* menționat mai sus. Animalele care hibernează pot totuși să treacă iarna fără să mănânce o perioadă lungă de timp. De ce se poate păstra o stare de sănătate bună fără a mânca? Pentru că, după ce animalul mănâncă, digestia, absorbția, transformarea și conservarea alimentelor, toate acestea trebuie să consume o mare cantitate de energie. Nu numai că sarcina sistemului digestiv este destul de grea, dar este și o povară pentru inimă și plămâni. De exemplu, după ce mâncăm, mai ales după o masă completă, inima bate mai repede, respirația este mai profundă, iar ficatul și alte organe interne sunt și ele implicate într-o "luptă" indirectă. O mare cantitate de sânge din întregul corp susține sistemul digestiv, astfel încât aportul de sânge la creier se reduce în mod corespunzător, iar persoana se simte somnoroasă și nu mai poate lucra. Acesta este așa-numitul "stomac plin, dar spirit gol". Așadar, în premisa neafectării rezervei, reducerea discreționară a hranei are semnificația de a ușura povara asupra corpului uman. Sarcina asupra splinei și stomacului trebuie ușurată cel puțin o dată pe săptămână, astfel încât acestea să aibă posibilitatea de a se adapta.

Shi Qi este o modalitate de a păstra o stare de sănătate bună prin imitarea broaștei țestoase care înghite aer. În antichitate se cunoștea modul de a mânca aer, inclusiv de a mânca lumină - înghițind crema soarelui și a Lunii. De exemplu, în *Shan Hat Jing*, mâncarea aerului pentru a trăi este consemnată: "Era o țară numită Wu Ji Min. Oamenii ei se numeau Ren, care erau urmașii celor fără ramă, care mâncau aer și pește". (Da Huang Beijing).

De ce consumul de aer poate menține sănătatea? Unii oameni cred că în intestinul unui om există un fel de bacterii care pot face ca aerul înghițit să efectueze fixarea azotului și apoi să îl

transforme în proteine, la fel ca fixarea azotului de către plantele cu tuberculi rădăcinoși. Acesta este, de asemenea, un conținut important al Qigong-ului bionic.

IV. Misterul Qigong-ului abdomenului bionic

Majoritatea animalelor cu viață lungă respiră în principal cu abdomenul, cum ar fi țestoasa și șarpele. Broasca țestoasă respiră cu abdomenul, iar șarpele se târăște cu abdomenul, așa că ambele trăiesc o viață lungă. De ce este respirația cu abdomenul atât de strâns legată de viață? Pentru că toate organele interne, cu excepția inimii, a creierului și a plămânilor, sunt cuprinse în abdomen. Acesta include sistemul digestiv, sistemul de producere a sângelui, sistemul urinar și reproducător și o parte din sistemul intern și sistemul limfatic, și are, de asemenea, o mulțime de nervi ai vaselor de sânge. Așadar, abdomenul este foarte important. Dar, de când omul a început să meargă în poziție verticală, a respirat în principal cu pieptul, iar modul de respirație cu abdomenul a început să degenereze, apoi mișcarea abdomenului a fost slăbită. Rezultatul este că deșeurile riscă să se acumuleze, sângele riscă să stagneze, iar când acestea sunt prea grave, alimentarea cu sânge a creierului poate fi afectată din cauza circulației înguste a sângelui în abdomen. Așadar, este foarte important să se îmbunătățească modul de respirație cu abdomenul și astfel să se îmbunătățească mișcarea acestuia.

Un mare avantaj al Qigong-ului abdomenului este că poate favoriza *peristaltismul* intestinului, poate accelera evacuarea elementelor otrăvitoare și poate diminua șansele de a fi otrăvit de propriul corp, astfel încât să se atingă scopul de a încetini procesul de senilitate. Deoarece sistemul intestinal este sursa principală de otrăvire în corpul uman, cantitatea de bacterii din excremente este prodigioasă, reținerea excrementelor poate nu numai să accelereze reproducerea bacteriilor, ci și să crească absorbția elementelor otrăvitoare, iar Qigong-ul abdomenului este cel mai eficient medicament cathartic, având o semnificație importantă în rezistența la senilitate. În plus, este eficient în prevenirea cancerului de colon și a hemoroizilor.

Metoda de Qigong al abdomenului nu este complicată. O persoană trebuie să tragă abdomenul înapoi și să inspire adânc, gândurile sale trimițând respirația în jos direct de la nas spre regiunea pubiană. Opriți respirația pentru o scurtă perioadă de timp, dilatați abdomenul și expirați, apoi trageți înapoi abdomenul și trimiteți respirația în jos din cavitatea abdominală. Dacă cineva își poate deschide venele Ren și Du, este mai bine ca respirația să urce din vena Du și apoi să fie expirată. Repetați acest lucru de mai multe ori până când regiunea pubiană din abdomen se simte fierbinte. Apoi se masează și se mângâie peretele abdomenului de mai multe ori și se apasă ușor cu degetele pe punctul de acupunctură Zhong Shu (buricul), pe punctul de acupunctură Zu San Li (punctul de trei curbe chinezești, sub partea exterioară a gleznei) și pe punctul de acupunctură Hegu partea goală dintre capătul degetului arătător și degetul mare al mâinii) până când se simte o căldură arzătoare.

În plus, Qigong-ul abdomenului include mișcarea cavității pelvine. Adică, în același timp în care o persoană respiră puternic cu abdomenul, ar trebui să întreprindă o acțiune concertată de închidere și întindere a anusului, de tragere în spate a abdomenului și de ridicare a mâinilor. Scopul acestei acțiuni este de a promova fluxul sanguin în cavitatea pelviană. Deoarece organele din cavitatea pelviană implică sistemul intern al omului și sistemul reproducător și urinar, cavitatea pelviană este o parte care ar trebui să nu fie neglijată.

Qigong-ul abdomenului poate fi făcut în orice moment în care o persoană aleargă, mergând, stând, stând jos sau în pauze. Acest Gong este foarte convenabil și ușor de făcut. Dacă cineva continuă să îl facă în fiecare zi, va fi util pentru eliminarea grăsimii din abdomen, eliminarea deșeurilor din abdomen, îmbunătățirea circulației sângelui și promovarea activităților vitale ale organelor interne din abdomen și din cavitatea pelviană.

Qigong-ul pentru abdomen este un fel de masaj Gong al organelor interne din abdomen și este, de asemenea, o bună activare pentru acestea. Acesta poate juca un rol benefic în respirația organelor interne. Dacă este posibil, va fi foarte benefic pentru abdomen să se târască pe jos ca animalele, în fiecare zi, pentru o anumită perioadă de timp.

V. Valoarea de lungă durată a coloanei vertebrale bionice Gong

Coloana vertebrală nu numai că este coloana mare a corpului uman, dar, mai important, în ea se află măduva spinării și rădăcina sa nervoasă. Este o parte importantă a sistemului nervos. Deci, dezvoltarea fermității și tenacității coloanei vertebrale are o mare importanță pentru protejarea măduvei spinării și menținerea activităților de viață ale corpului uman. Broasca țestoasă și șarpele par să fi fost conștienți de această problemă mai devreme decât omul, astfel că broasca țestoasă apreciază mișcarea de întindere a gâtului, iar șarpelui îi place să își zvâcnească coloana vertebrală. Toate acestea sunt elemente importante de longevitate pentru aceste două animale.

Imitarea mișcării de întindere și retragere a gâtului de către broasca țestoasă poate îmbunătăți circulația sângelui în gât și poate preveni îmbolnăvirea vertebrelor cervicale și tromboza arterei carotide. Tromboza arterei carotide este susceptibilă să ducă la o alimentarea cu sânge nesatisfăcătoare a arterei cerebrale și a arterelor bazale, de aceea apar adesea amețeli și dureri de cap. Așadar, mișcarea vertebrei cervicale poate scuti bătrânii de mari boli.

Un șarpe mare are mai mult de 400 de vertebre. Acesta face adesea exerciții ale coloanei vertebrale, astfel încât își poate menține capacitatea de a veni și a pleca rapid. Dar omul nu poate face același lucru. Înainte de a îmbătrâni, spatele său devine îndoit și cocoșat, iar acțiunea sa nu este agilă. Și este ușor pentru el să dezvolte *hiperplazia* discului intervertebral, care poate afecta mișcarea membrelor inferioare. Așadar, omul ar trebui să imite șarpele pentru a învăța să facă Gong-ul coloanei vertebrale, astfel încât să își mențină funcțiile. Metoda practică este următoarea:

Gong al gâtului: se întinde și se retrage gâtul și se ridică umerii, cu mișcarea de extindere și retragere a pieptului. Acest Gong este coordonat și cu mișcarea de rotație a gâtului.

Gong pentru talie și coloană vertebrală: aplecați-vă înainte și întindeți picioarele spre spate și faceți mișcarea de rotație a taliei de mai multe ori, fiind asistați de tragerea unui trunchi sau ținând o bară orizontală cu două mâini și făcând mișcare de întindere. Sau faceți exercițiul de a sări în sus după ce v-ați ghemuit. MTC consideră că talia este organul gol al rinichilor. Funcționarea taliei și a coloanei vertebrale face ca talia să fie fermă. A întări talia înseamnă a revigora rinichii. Rinichii sunt esența înnăscută a corpului uman. Prosperitatea și declinul rinichilor determină întregul curs al vieții omului - nașterea, creșterea, tinerețea și moartea. Așadar, practicarea frecventă a Gong-ului taliei și a coloanei vertebrale este o legătură importantă pentru întărirea taliei, revigorarea rinichilor și prevenirea senilității.

VI. Gong de târâre bionică

Cârligul este un fel de mișcare generală a întregului corp. Cu excepția antropoidelor și a omului, aproape toate mamiferele și reptilele se deplasează cu patru membre. Avantajul Gong-ului târâtor constă în faptul că forța de mișcare a coloanei vertebrale și a abdomenului este relativ mare, iar omul își poate mișca talia și abdomenul în același timp. În plus, sarcinile atât ale respirației cu pieptul, cât și ale respirației cu abdomenul sunt relativ echilibrate. Mișcarea gâtului este, de asemenea, puternică. Toate acestea pot compensa mișcarea altor părți ale corpului uman care nu au putut fi exercitate după ce omul a început să meargă în poziție verticală. Dacă o persoană poate persista în a se târî o anumită perioadă de timp în fiecare zi, acest lucru va fi foarte benefic pentru sănătatea sa.

Qigong-ul bionic menționat mai sus adoptă avantajele mișcărilor unor animale și reface și rectifică deficiențele corpului uman. Este foarte benefic pentru a-i ajuta pe oameni să se mențină în formă. În plus, actul sexual bionic este, de asemenea, destul de benefic pentru sănătatea sexuală a corpului uman (a se vedea capitolul douăzeci și patru *Cartea schimbărilor și sexologia* din această carte), ceea ce reflectă pe deplin perspectivele vaste ale medicinei bionice.

În concluzie, bionica a luat naștere din *Cartea Schimbărilor* și până în prezent a devenit un subiect atât vechi, cât și de perspectivă. Ideea bionică din *Cartea Schimbărilor* are și astăzi o valoare importantă.

(Traducere de Wang Suying)

Capitolul 30

Cartea Schimbărilor și Genetica
Secțiunea 1. Rezumatul geneticii

Originea vieții, continuitatea vieții și gândirea creierului sunt cele trei preocupări centrale ale științei corpului uman. Dintre acestea, genetica biotică este conținutul cheie pentru continuitatea vieții. Genetica este știința care studiază ereditatea și variația. Este unul dintre subiectele de explorare a misterului vieții umane.

Ereditatea și variația sunt procese necesare ale fenomenului vieții. Studiul eredității și al variației ființelor vii se numește genetică. Ea include în principal cele trei conținuturi centrale: esența și transmiterea substanței ereditare și realizarea mesajelor ereditare.

Dezvoltarea geneticii a cunoscut trei perioade; citogenetica, genetica microorganismelor și genetica moleculară.

Perioada citogeneticii s-a dezvoltat în principal la sfârșitul secolului al XIX-lea și începutul secolului al XX-lea. Aceasta a rezolvat problema privind baza citologică a geneticii sau, altfel spus, a rezolvat problema bazei materiale a geneticii. Aceasta este o problemă esențială. Principalele realizări ale acestei perioade au fost faptul că Boveri și Satton au descoperit funcția cromozomului și că Morgan (1866-1945) a demonstrat în continuare legea Mendel, a fondat teoria genelor și a atestat că sursa eredității se află în genele cromozomilor din interiorul nucleului celular.

Perioada geneticii microorganismelor s-a dezvoltat în principal la mijlocul secolului al XIX-lea. În acea perioadă, biogenetica a intrat într-un punct de cotitură important - era microorganismelor. Principala realizare a acestei perioade a fost faptul că Avery a demonstrat că acidul dezoxiribonucleic (ADN) este principala substanță ereditară.

Perioada geneticii moleculare s-a dezvoltat de la sfârșitul secolului al XIX-lea până în secolul al XX-lea. Această etapă reprezintă o perioadă de dezvoltare rapidă și violentă pentru biologie și genetică. A fost realizat un mare progres. Biogenetica a intrat într-o altă nouă perioadă de cotitură, adică a sărit de la nivelul citologiei la nivelul molecular. În 1967, savantul american Nilonberg și alții au decodificat codul genetic, au dezvăluit misterul conform căruia trinitatea de nucleotide era un grup de coduri, au depășit ultima dificultate a ingineriei biogenetice și au prezentat legea centrală a transmiterii mesajelor ereditare. În anii 1970, americanul Temin a descoperit "transcriptaza inversă", a prezentat teoria conform căreia "transcripția poate fi inversată" și a deschis o nouă lume pentru ingineria genetică.

Pe scurt, descifrarea codului genetic, definirea legii centrale și crearea artificială a proteinelor și a acidului nucleic sunt cele trei mari realizări în dezvoltarea geneticii moleculare moderne.

I . Vestea bună adusă de genetică ființelor umane

Descoperirea sistemului de duplicare genetică are o importanță deosebită și semnificație pentru industrie, agricultură, tratamente medicale, sănătate și sănătate publică, apărarea națională.

II . Contribuții ale geneticii la agricultură și creșterea animalelor

Rolul geneticii în agricultură și în creșterea animalelor se află în primul rând în ameliorare. Genetica furnizează baza teoretică pentru îmbunătățirea raselor. În prezent, s-au înregistrat unele realizări în ameliorarea orezului, a grâului, a bumbacului, a porumbului și a sorgului chinezesc. În viitor, odată cu dezvoltarea constantă a geneticii, atât agricultura, cât și creșterea animalelor vor înregistra realizări mai mari în ceea ce privește ameliorarea raselor.

Noile rase crescute prin hibridare sexuală nu numai că au o creștere mai rapidă, dar și o calitate superioară față de rasele obținute prin evoluție naturală. Aceasta este o provocare pentru selecția naturală. În prezent, procesul realizat în ingineria biologică de fixare a azotului a adus perspective vaste pentru rezolvarea problemei îngrășămintelor în agricultură.

III. Contribuția geneticii la industrie

Contribuția geneticii la industrie este, la început, industria medicală. Odată cu aplicarea ingineriei genetice, crearea artificială a hormonului cerebral uman, a insulinei și a interferonului au

reușit una după alta. În 1976, crearea artificială a insulinei a reușit în China, ceea ce a adus o veste bună celor care suferă de boli endocrine și de diabet. Iar odată cu aplicarea ingineriei genetice, nivelul productiv al antibioticelor a fost ridicat în mod constant, ceea ce a îmbunătățit considerabil rezistența omului la toate tipurile de germeni. În ceea ce privește protecția mediului, prin aplicarea ingineriei genetice, microorganismele pot fi utilizate pentru a elimina trei tipuri de deșeuri. Mai inspirat, prin intermediul ingineriei genetice, microorganismele industriale pot fi aplicate la extragerea petrolului și la deschiderea minelor și apoi la recuperarea și tratarea acestora. Pot fi produse chiar și uleiuri comestibile artificiale și alimente proteice. Perspectivele sunt vaste.

În industria națională de apărare, odată cu dezvoltarea ingineriei genetice, armele genetice pot fi folosite pentru a rezista la armele atomice, la armele chimice și la cele biologice.

IV. Contribuții ale geneticii la medicină

În primul rând, aplicarea teoriilor genetice a adus speranță pentru tratamentul a peste 4.000 de tipuri de boli ereditare. Prin intermediul "terapiei genice", genele defecte pot fi înlocuite cu gene normale pentru a vindeca boala.

Mai ales în rezistența la cancer, odată cu descoperirea codului cifrat al genelor cancerigene și apariția codului cifrat al genelor anticancerigene, s-a făcut o nouă descoperire în sistemul cancerigen. Așa-numita teorie a genelor cancerigene a fost avansată de americanii Hvebner și Todaro în 1969. Punctul lor de vedere este o hologramă a genelor cancerului. Adică, există mesaje genetice cancerigene în toate celulele corpului uman. Genele normale ale cancerului sunt reținute și nu pot fi deraiate. Cancerul va apărea doar atunci când funcția de reglare și control nu este normală, atunci genele canceroase originale vor fi activate în gene canceroase. Teoria genelor canceroase relevă faptul că este vorba de o diferență a unui grup de bază din ADN-ul celulelor care duce la modificarea codului cifrat în trinitate, prin urmare aminoacidul este schimbat și apare cancerul. În 1976, a fost descoperită prima genă a cancerului. Conform descoperirilor geneticienilor moderni, în celula canceroasă a vezicii urinare, printre cei aproximativ 6000bp, Guanina este înlocuită cu un grup de bază Timina. Ca urmare, codul cifrat din trinitate se schimbă din GGC în GTC, iar acidul *aminoacetic* este înlocuit cu acidul amoniacal *valerian* în aminoacizi, de unde rezultă apariția cancerului.

Secțiunea 2. Sistemul genetic al vieții

Medicina modernă susține că ereditatea este un fel de inginerie de duplicare și că este cel mai complicat eveniment din viață. Viața este calea existentă pentru proteine. Realizarea continuității vieții trebuie să depindă de proteine. Prin urmare, ingineria genetică a vieții se desfășoară în proteine.

Cromozomii din nucleul unei celule sunt baza principală a geneticii. Sau cromozomii și genele sunt elementele decisive ale eredității. Ei sunt principalele ingrediente ale nucleului celular. Cromozomii umani însumează 46 de segmente. Aceștia sunt împărțiți în două mari grupe. O jumătate (23 de segmente) provine din sperma tatălui, iar cealaltă jumătate provine din ovulul mamei. Cromozomii includ *autozomii* și cromozomii sexuali. Atât bărbații, cât și femeile au 22 de perechi de *autozomi*. Celelalte două segmente sunt cromozomi sexuali. Diferența de sex dintre un bărbat și o femeie depinde de diferența dintre cele două segmente de cromozomi sexuali.

Cromozomii sexuali sunt împărțiți în două tipuri: X și V. Cromozomul X este feminin, iar cromozomul Y este masculin. Diferența dintre mascul și femelă constă în faptul că toți cromozomii din celulele unei femei sunt împerecheați, printre ei, cele două segmente de cromozomi sexuali (XX) sunt, de asemenea, împerecheate; cu toate acestea, există două segmente de cromozomi în celulele masculine care nu pot fi împerecheate, unul este cromozomul X, iar celălalt este cromozomul Y.

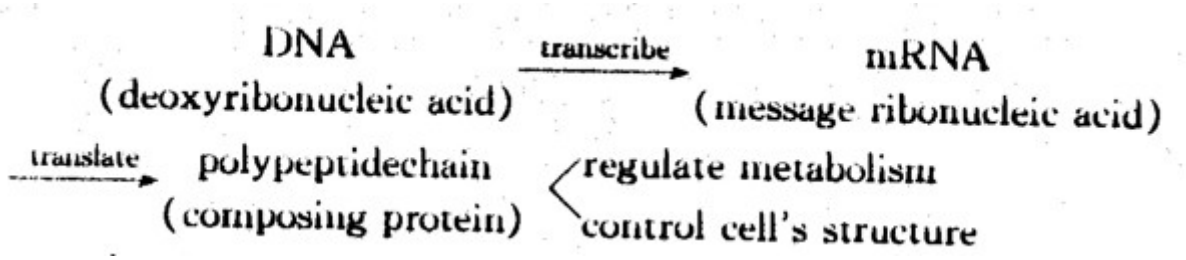
Ingineria genetică se realizează prin intermediul genelor din cromozomi. Genele sunt purtătoarele mesajului existent în anumite puncte ale unui cromozom. Până în prezent, numărul minim de gene dintr-un corp uman depășește 1.800. Există două gene împerecheate în fiecare punct genetic al fiecărei perechi de *autozomi*.

Transmiterea mesajului genetic stocat în gene se realizează prin intermediul acidului nucleic.

Altfel spus, ereditatea ființelor vii depinde de acidul nucleic, care este, de fapt, dublarea acidului nucleic. Acidul nucleic este unul dintre ingredientele nucleoproteinei. Ereditatea genelor cromozomiale se realizează prin intermediul acidului nucleic. Structura moleculară a acidului nucleic stochează toate mesajele genetice ale ființelor vii.

Acidul nucleic include două tipuri primare: acidul dezoxiribonucleic (ADN) și acidul ribonucleic (ARN), primul fiind cel principal. O moleculă de ADN este compusă din patru grupe de bază împerecheate de purină și pirimidină. Concret, amino purina (A) se împerechează cu timo pirimidina (T), guanina (G) se împerechează cu citozina (C).

Legea centrală a geneticii moleculare este:



Adică, acidul dezoxiribonucleic transcrie mesajul pe care îl stochează pe acidul ribonucleic mesager, care este folosit ca șablon, iar apoi acidul ribonucleic mesager, "traduce" mesajul genetic în lanțul polipeptidic.

În epoca modernă, virusul *sarcomului lui Lao* a fost studiat pentru a găsi *transcriptaza inversă* și a dovedi că ARN-ul poate fi transcris în ordine inversă în ADN. Apoi, legea centrală a fost modificată în ADN ⇔ ARN.

Ce este codul genetic?

Codul genetic este codul tradus în aminoacizi prin ARNm (acid ribonucleic mesager). Această codificare este realizată de grupul de bază din nucleotidă. Există doar patru grupuri de bază în ARN, în timp ce în aminoacizi există 28, astfel încât cheia codificării constă în aranjamentul grupurilor de bază. Misterul provine din formele infinite de aranjare a celor patru tipuri de grupuri de bază (A, T, C, G) care conțin mesaje genetice nelimitate.

Molecula de acid nucleic (în special ADN) este foarte mare, conținând milioane de grupuri de bază - dacă ordinea de aranjare a grupurilor de bază este diferită, ADN-ul este diferit. Altfel spus, deși cele două grupuri de bază sunt identice ca natură și cantitate, problema constă în diferențele în ordinea de aranjare. Semnificația și calitatea se schimbă odată cu diferența în ordinea de aranjare. Așadar, masa genetică depinde de ordinea de aranjare a grupurilor de bază.

În 1967, oamenii de știință americani Nilonberg și Corena au decodat codul biogenetic și au descoperit că grupul de bază al ARN-ului era codificat de 3, adică codificat cu 3 litere (fără suprapunere și nici separare de nucleotide între două coduri), ceea ce se numește o trinitate, și au publicat și un grafic al codului genetic.

În 1984, un cercetător din China, Qin Xinghua, a constatat că diagrama codului genetic coincide cu cele șaizeci și patru de hexagrame din *Textul lui Yi*, recuperând și mai mult semnificația celor Opt Trigrame din *Textul lui Yi* în genetică. (*Harta celor opt trigrame și ADN-ul de Qin Xinghua, Subscience, 1984, primul număr, pag. 41,42*).

Secțiunea 3. Teoria schimbării și principiul genetic

Teoria schimbării este strâns legată de principiul genetic. *Cartea schimbărilor* pune accentul pe schimbare și neschimbare, ceea ce concordă cu principiul variației și eredității din genetică.

Schimbarea se referă la faptul că toate lucrurile se mișcă și se schimbă în mod constant, la fel ca ceea ce se spune în *Marele Tratat despre Yi*, „schimbările și transformările sunt emblemele înaintării și retrogradării forței vitale în natură”". Acest lucru implică faptul că toate lucrurile, inclusiv toate ființele vii, se mișcă și se schimbă în mod constant, iar scopul acestui lucru constă în "avans și regres", adică în continuarea a ceea ce ar trebui să fie dezvoltat și abolirea a ceea ce ar trebui eliminat. Neschimbarea se referă la stagnarea relativă a lucrurilor. Nu ar exista o determinare

calitativă a lucrurilor fără stagnarea lor relativă.

Ereditatea și variația alcătuiesc împreună conținutul genetic al lucrurilor vii. Ambele întruchipează mișcarea și dezvoltarea lucrurilor vii. În ele, ereditatea, relativ vorbind, întruchipează fațeta stagnării, care este reținerea genei în dezvoltarea speciilor de ființe vii, la fel ca în dictonul "așa cum ai semănat, așa vei secera". *Cartea Schimbărilor* pune accentul pe "schimbare", adică toate lucrurile sunt în continuă schimbare. Ceea ce întruchipează ereditatea este tocmai acest principiu. Individul moștenit este asemănător cu generația sa parentală, dar nu poate fi absolut la fel ca ea. Natura nu poate duplica același individ. Așadar, moștenirea poate fi doar similară, dar nu poate fi aceeași. Altfel spus, pe parcursul vieții există variații în afară de cele ale eredității. Individul moștenit este întotdeauna un lucru nou, așa cum se spune în *Marele Tratat despre Yi*: "Producția și reproducerea este ceea ce se numește procesul de schimbare".

Variația în cursul eredității ființelor vii este cauzată de diferența în codul genetic. Variația subliniază că în codul genetic disparitatea poate apărea în funcție de necesități. Descendenții produși numai prin înmulțire vegetativă își obțin ereditatea de la un singur corp parental, prin urmare, există o ereditate mai mare între generația filială și cea parentală; în timp ce descendenții animalelor avansate, produși prin înmulțire sexuală, își obțin ereditatea de la două corpuri parentale și complexitatea eredității este crescută, astfel că prezintă o variație mai mare. În ansamblu, rezultatul eredității și al variației este similaritatea (ereditatea) și diferența (variația).

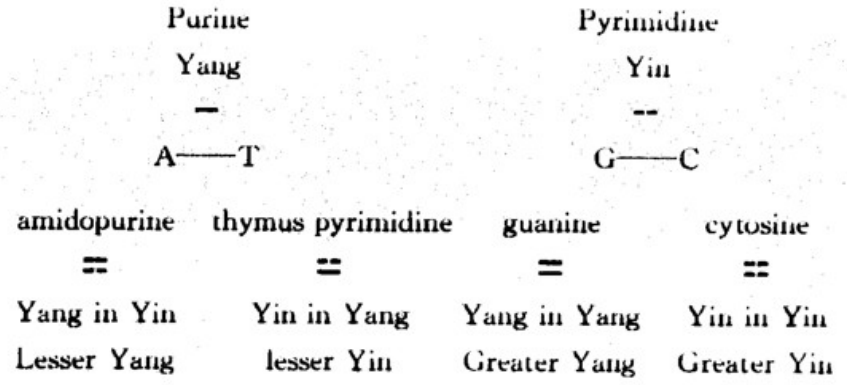
Relația dintre ereditate și variație este asemenea principiului relației dialectice dintre schimbare și neschimbare din *Cartea Schimbărilor*. Ele reprezintă unitatea unei singure contradicții și sunt interdependente și interactive. Adică, ar trebui atât să ne dezvoltăm, cât și să ne păstrăm, ne putem dezvolta atât în modul anterior, cât și în alt mod; ne putem schimba atât treptat, cât și brusc. Obiectivul general este să ne dezvoltăm și să variem.

Secțiunea 4. Cele opt trigrame, Marele Terminus și codul genetic

Odată cu dezvoltarea rapidă și violentă a biogeneticii, sistemul genetic al genei a fost dezvăluit. Iar descifrarea codului genetic reprezintă un mare progres în biogenetică.

Cum pot corespunde cele patru grupe de bază din ADN cu cei 20 de aminoacizi, fără suprapunere și separare de nucleotide între două coduri? Acest cod genetic a fost dezvăluit de savanții americani Nilongberg și Corena în 1967. Aceștia au descoperit că trinitatea compune 64 de ordine de aranjare. Altfel spus, există în total 64 de coduri cifrate. Aceste coduri cifrate coincid în mod surprinzător cu harta cu schițe rotunde a celor șaizeci și patru de Hexagrame din *Cartea Schimbărilor*. A se vedea figura 30-1.

Printre aceste coduri, cele patru grupuri de bază din ADN sunt împărțite în două tipuri de calități diferite care sunt opuse una față de cealaltă. Adică, ele sunt împărțite în purina Yang și pirimidina Yin, ca cele două forme elementare de Yin și Yang din Marele Terminus. Cele patru grupe de bază sunt la fel ca cele patru embleme de Greater Yang, Greater Yin și Lesser Yang, Lesser Yin din *Cartea Schimbărilor* și corespund cu forma celor două emisfere de Yin și Yang din cele Opt Trigrame ale Marelui Terminus care produc cele patru embleme, ca în cele ce urmează:



Are o mai mare generalitate și regularitate pentru a arăta aranjamentul celor 64 de coduri cifrate ale trinității în ereditatea ființelor vii cu harta cu schițe rotunde a celor 64 de hexagrame din

Cartea Schimbărilor. Pe de altă parte, aceasta arată semnificația universală a principiului celor opt trigrame din *Textul lui Yi*.

În 1984, Qin Xinghua a publicat o lucrare în care a pus problema coincidenței codului genetic cu cele șaizeci și patru de hexagrame, care reprezintă o contribuție la studiul *Textului lui Yi*. Domnul Qin a rezumat că "realizările făcute în fizica și biologia modernă au oferit un sprijin puternic tendinței generale - de la simplitate la complexitate, de la un nivel scăzut la o pârghie înaltă - în dezvoltarea materiei, așa cum reiese din harta celor Opt Trigrame". (*Qin Xinghua Harta celor Opt Trigrame și ADN, Sub-science, 1984, primul număr*).

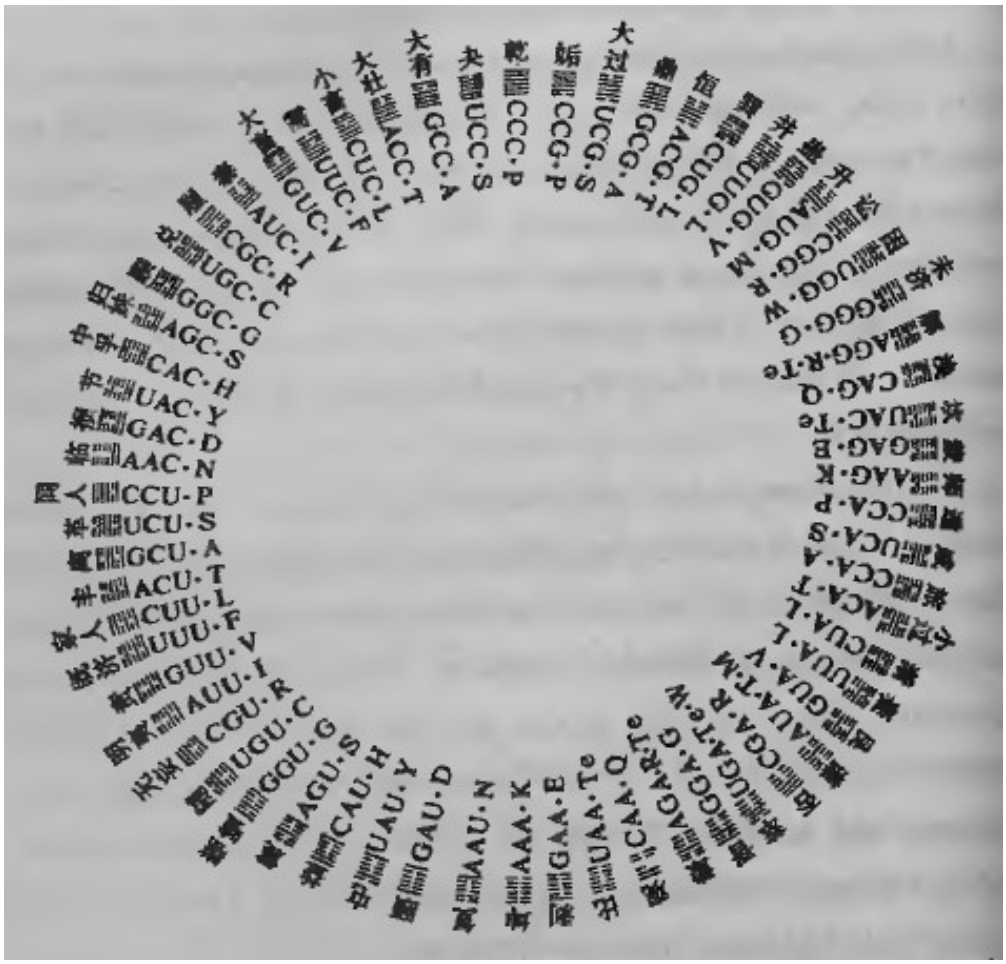


Figura 30-1. Hartă schiță a celor șaizeci și patru de hexagrame și a codului genetic
(Conform studiului privind relația misterioasă și legea codului genetic și cele opt trigrame din Cartea schimbărilor de Wang Qingyun, Wei Chongqin)

乾 Qian	姤 Gou	大过 Da Guo	鼎 Ding	恒 Heng	巽 Xun
井 Jing	蛊 Gu	升 Sheng	讼 Song	困 kun	未济 Wei Ji
解 Jie	涣 Huan	坎 Kan	蒙 Meng	师 Shi	遁 Dun
咸 Xian	旅 Lü	小过 Xiao Guo	渐 Jian	蹇 Jian	艮 gen
谦 Qian	否 Pi	萃 Cui	晋 Jin	豫 Yu	观 Guan
比 Bi	剥 Bo	坤 Kun	复 Fu	颐 Yi	屯 Tun
益 Yi	震 Zhen	噬嗑 Shi Ke	随 Sui	无妄 Wu Wang	明夷 Ming Yi
贲 Ben	既济 Ji Ji	家人 Jia Ren	丰 Feng	离 Li	革 Ge
同人 Tong Ren	临 Lin	损 Sun	节 Jie	中孚 Zhong Fu	归妹 Gui Mei
睽 Kui	兑 Dui	履 Lü	泰 Tai	大畜 Da Chu	需 Xu
小畜 Xiao Chu		大壮 Da Zhuang		大有 Da You	夬 guai

Note la figura 30-1

În același an, Cai Hengxi a avansat teoria de nivel mediu-extrem privind codul genetic și cele Opt Trigrame. Adică, cel de-al treilea cod cifrat al trinității din codul genetic și cele Opt Trigrame este neutru, a cărui variație nu schimbă calitatea aminoacizilor. Acest lucru întruchipează teoria lui Laozi conform căreia "Tao a dat naștere la Unu; Unu a dat naștere succesiv la două lucruri, trei lucruri, până la zece mii. Aceste zece mii de creaturi nu pot întoarce spatele la umbră fără să aibă soarele pe burtă, și de acest amestec de respirații depinde armonia lor". (*Cai Hengxi The Grand Terminus Map and the Genetic Code, Natural Information, 1984, numărul trei*).

Din comparația dintre harta schiței rotunde a celor șaizeci și patru de hexagrame și harta codului genetic, se poate observa că harta schiței rotunde a celor șaizeci și patru de hexagrame poate reflecta cu adevărat legea codului genetic, deoarece mesajul genetic depinde de ordinea de aranjare a grupurilor de bază, iar ordinea de aranjare a codurilor trinității din grupurile de bază reprezintă toate tipurile diferite de coduri genetice, precum și trinitatea celor Opt Trigrame; compusă din liniile divizate și liniile nedespărțite, reprezintă ordinea naturală de dispunere a codurilor genetice. Acest lucru arată valoarea mare și importantă a hărții celor Opt Trigrame din *Textul lui Yi* în îmbunătățirea legii genetice a ființelor vii.

În 1988. Yang Yushan a realizat harta celor Opt Trigrame a codurilor "utilizate în mod obișnuit". El a folosit linia nedespărțită pentru a reprezenta nucleozidele puternice C și G, iar linia divizată pentru nucleozidele slabe U și A. Cele 64 de coduri au putut fi mediate cu exactitate în opt grupe, prin urmare legea lor de relaționare a fost reflectată mai concentrat. Acestea au coincis în mod natural cu legea celor opt trigrame din China antică, ceea ce a atestat și mai mult semnificația universală a legii celor opt trigrame, așa cum reiese din harta 30-2 și 30-3. (Conform Yang Yushan, Aranjarea și exprimarea caracteristicilor codului genetic cu harta celor Opt Trigrame și semnificația sa. Nature Magazine, Volume 11, 11th Issue, Pg. 832-834).

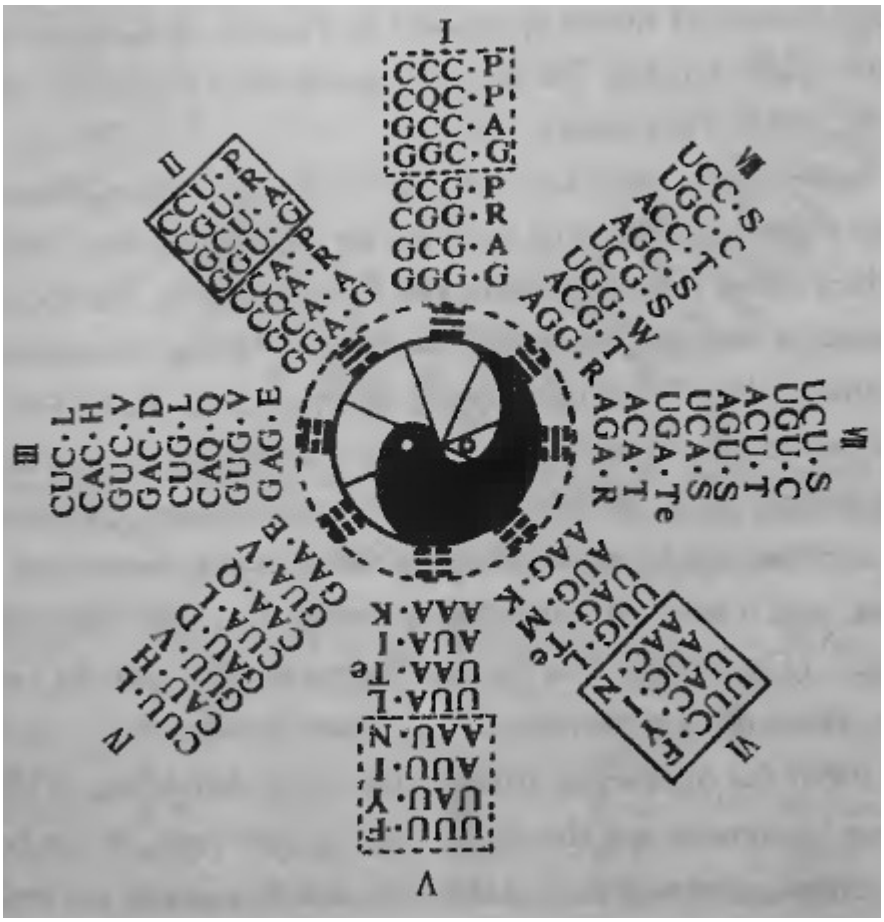


Figura 30-2. Harta cu opt trigrame a codurilor „utilizate în mod obișnuit”
(Conform lui Yang Yushan, Aranjarea și expunerea caracteristicii codului genetic cu harta celor opt trigrame și semnificația acesteia)

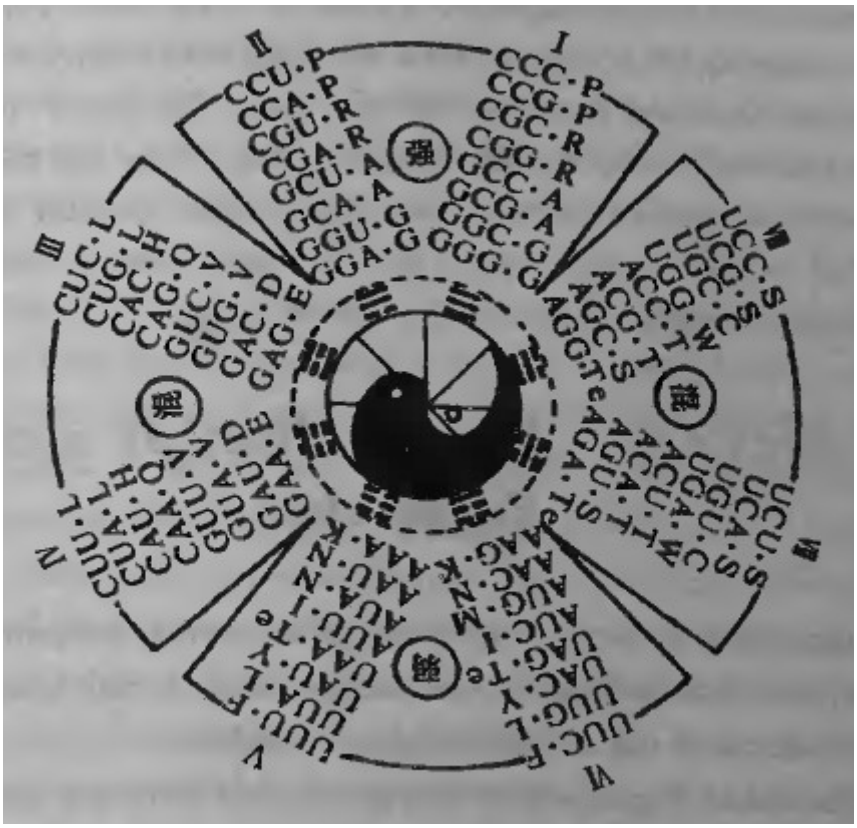


Figura 30-3. Harta cu opt trigrame a codurilor din corpul particulelor liniare ale unor mamifere (conform lui Yang Yushan, aranjarea și exprimarea caracteristicii codului genetic cu harta celor opt trigrame și semnificația acesteia)

Conform teoriei Yin și Yang, Yin și Yang originale pot fi împărțite din nou în Yin și Yang. Ideea de "unul se împarte în doi" a lui Yin și Yang este nesfârșită. Din acest punct putem trage o concluzie - grupul de bază nu are cum să fie cea mai mică unitate de Yin și Yang. Trebuie să existe una mai mică. Dezvăluirea sa așteaptă dezvoltarea științei.

Secțiunea 5. Cartea schimbărilor și Eugenia

Eugenia este o știință orientată spre reformarea calităților corpului uman prin ereditate. Scopul său este de a face ființele umane excelente din punct de vedere al capacităților intelectuale și fizice.

Scopul eugeniei este de a alege o naștere excelentă și o reproducere excelentă și de a îmbunătăți calitatea ființelor umane sub îndrumarea teoriei genetice. Eugenia va face posibilă salvarea omului de la selecția naturală pasivă. În prezent, aparițiile bebelușilor de eprubetă, fertilizarea externă și reproducerea *partenogenă* au atestat faptul că este posibil să se promoveze o rasă excelentă prin gene excelente. Eugenia va aduce contribuții la dezvoltarea rasei umane.

Eugenia la început a răsărit în perioada Yin Zhou. Există cuvântul

(sarcină) în inscripțiile de pe oase sau carapace de broască țestoasă. Principiile etice stricte ale confucianismului din țara noastră au jucat în mod obiectiv un rol activ în dezvoltarea nașterilor excelente și a reproducerii excelente. De exemplu, în *Zhou Li*, exista îndemnul de a interzice căsătoria între membrii aceleiași familii. Datorită cultului confucianismului în perioada feudală și a relației strânse dintre medicină și confucianism, majoritatea medicilor erau familiarizați cu confucianismul și mulți dintre ei erau concomitent confucianiști. Educația în eticheta confucianistă a început în educația prenatală, ceea ce a avut o influență potențială asupra eticii chinezești a excelenței.

Eugenia include eugenia de bază, eugenia socială și eugenia clinică. *Eugenia de bază* este în

principal un studiu al nașterilor excelente sub aspectul biologiei și al medicinei de bază, cum ar fi genetica umană, genetica medicală, teratologia etc. *Eugenia socială* este legată în principal de cercetarea nașterilor excelente sub aspectul științelor sociale, al sociologiei și al antropologiei, inclusiv demografia, sociologia, etica, dreptul, educația prenatală, pedagogia și protecția mediului. *Eugenia clinică* se referă la măsurile concrete pentru nașteri excelente, cum ar fi examinarea înainte de căsătorie, igiena înainte și în timpul sarcinii, tutela parturiției în timpul puerperalității și protecția sănătății nou-născutului.

Aplicarea *Textului Yi* la genetica medicală este foarte extinsă. De exemplu, unii savanți au propus o metodă de control al sexului la naștere conform teoriei conform căreia "atributele exprimate de Qian constituie bărbatul; cele exprimate de Kun constituie femeia" din *Textul lui Yi*.

Ideea detaliată este următoarea: sperma bărbatului conține două tipuri de spermatozoizi cromozomiali X și Y, în timp ce ovulul femeii conține doar un singur tip de cromozom X. Dacă spermatozoidul cromozomal Y din spermă se combină cu cromozomul X din ovul, va exista un bărbat. Numărul impar este Yang (YX), "atributele exprimate de Qian constituie bărbatul"; dacă spermatozoidul cromozomului X din spermă se combină cu cromozomul de X din ovul, va exista o femeie. Numărul par este Yin (XX), "atributele exprimate de Kun constituie femeia". Acest lucru arată că prosperitatea sfârșitul declinului energiei Yin și Yang a părinților are o strânsă legătură cu sexul copiilor lor. În plus, capacitatea de rezistență la acizi a spermatozoizilor cromozomului X în spermă este mai puternică, iar cea a lui Y este mai slabă. Așadar, aciditatea și bazicitatea vaginului sunt foarte importante. Contează foarte mult. În timpul actului sexual, dacă femeia are orgasm mai întâi, o mulțime de lichid secretat va slăbi aciditatea vaginului, ceea ce este benefic pentru urcarea spermatozoizilor Y, Y se va combina cu X (ovul) și va exista probabil un bărbat. În caz contrar, dacă femeia nu are o senzație plăcută și dacă bărbatul ejaculează primul sperma, va exista probabil o femeie. În plus, dacă numărul de spermatozoizi pe mililitru depășește 80.000.000, proporția spermatozoizilor Y va fi mai mare. Așadar, dacă o persoană dorește un copil de sex masculin, frecvența sa de relații sexuale nu trebuie să fie prea mare (*conform Chen Zhengfang, Primary Probe into the Eight Trigrams and Fertility-Paper for the International Academic Conference of Research on the Relationship Between Medicine and Changes in Gui Yang. 1989.*).

Realizările eugeniei antice în China au fost de aproximativ următoarele feluri:

I . Poruncile semințelor

Poruncile semințelor reprezintă un aspect important al eugeniei antice din China. De exemplu, în *Chu's Yi Shu* scris de Chu Cheng în Nanqi în timpul perioadei *Statelor Războinice*, se spune: "Bărbatul și femeia ar trebui să se combine atunci când sunt puternici; dacă se împerechează atunci când energia lor de Yin și Yang este substanțială, femeia va rămâne însărcinată, iar apoi va avea un fiu care va fi puternic și va trăi o viață lungă". Primii înțelepți au subliniat în mod deosebit faptul că factorii nefavorabili din momentul împerecherii vor afecta generația următoare. Așa că au prezentat poruncile împerecherii.

De exemplu, metoda de însămânțare menționată în *Rețete valoroase* scrise de marele medic Sun Simiao în timpul dinastiei Tang subliniază că împerecherea trebuie evitată atunci când este vânt puternic și ploaie abundentă; când este prea frig sau prea cald; sau când este întuneric, soarele și luna fiind acoperite, altfel copilul născut va fi prost și surd, fără membre complete. În plus, toți cei care își doresc un copil trebuie să aleagă o zi bună pentru împerechere și trebuie să evite Bing (a treia dintre cele zece tulpini cerești), Ding (a patra dintre tulpini cerești) și a cincisprezecea zi, ultima zi și prima zi a lunii lunare. De asemenea, ar trebui să evite vânturile puternice și mari, ploile abundente și ceața densă; vremea caldă și rece; tunetele și fulgerele; întunericul cerului și al pământului; lipsa de strălucire a soarelui și a Lunii; curcubeele și curcubeele secundare și cutremurele de pământ; precum și tăria și eclipsa de soare și de Lună etc. Același lucru este menționat în *Yi Xin Fang* după cum urmează: "omul corespunde pământului și cerului. Yin și Yang nu trebuie să fie combinate atunci când există subțirime și eclipsă de soare și de Lună; vânturi puternice și ploi abundente, curcubee și curcubee secundare și cutremure, tunete și fulgere, friguri grave și ceață densă și schimbări ale celor patru anotimpuri. Fiți prudenți cu privire la acestea". (*Yi Xin Fang, volumul 28, secțiunea despre interiorul camerei*).

De asemenea, în *Yi Xin Fang* se spune că "potrivit Scripturii Nașterii, spune Împăratul Galben, începutul vieții unui om se află în combinația dintre Yin și Yang. Când Yin și Yang sunt combinate, trebuie evitate nouă dezastre. Acestea sunt: în primul rând, un copil format la prânz, dacă se naște, va fi defect; în al doilea rând, un copil format la miezul nopții va fi surd și orb, deoarece cerul și pământul sunt închise și liniștite; în al treilea rând, un copil format în timpul unei eclipse de soare va avea necazuri și suferințe; în al patrulea rând, un copil format sub tunete și fulgere este posibil să fie irascibil, deoarece în acest moment cerul este furios și vrea să-și arate puterea și prestigiul; al cincilea, un copil format în timpul eclipsei de Lună va fi de rău augur împreună cu mama sa; al șaselea, un copil format sub un curcubeu sau al doilea curcubeu de ploaie va fi nefavorabil; al șaptelea, un copil format în ziua Solstițiului de iarnă sau a Solstițiului de vară, dacă se va naște, va face rău părinților săi; în al optulea rând, un copil format în a cincisprezecea zi a lunii lunare, dacă se va naște, va provoca nenorociri; în al nouălea rând, un copil format în momentul în care este beat sau sătul va fi bolnav sau va fi nebun, cu ulcerații subcutanate, hemoroizi și răni".

Se mai spune că "există cinci interdicții care, dacă sunt încălcate, nașterea copilului va fi de rău augur. Prima, menstruația nu s-a terminat; a doua, părinții au răni; a treia, purtarea unui copil fără a se dezbrăca de veșmintele de doliu; a patra, purtarea unui copil atunci când o febră nu a fost vindecată, în caz contrar, mama însăși va muri; a cincea, femeia însărcinată se teme de vară și se alarmează în mod repetat".

Există șapte porunci despre combinația dintre Yin și Yang în *Secretele în sexualitate*:

În primul rând, nu combinați Yin și Yang în ultima, prima și a cincisprezecea zi a lunii lunare, altfel vitalitatea va fi damnată, iar dacă se va naște un copil, acesta va fi deficitar. Așadar, acest lucru trebuie luat în considerare cu seriozitate.

În al doilea rând, nu combinați Yin și Yang atunci când există tunet și vânt cu emoția cerului și a pământului, sau sângele va crește, iar dacă se naște copilul, va avea ulcer.

În al treilea rând, imediat după ce ați băut vin sau ați mâncat o masă completă, mâncarea și băutura nu au fost digerate corespunzător. În acest moment, Yin și Yang nu se pot combina, sau burta va fi plină de urină albă și tulbure, iar dacă se va naște copilul, acesta va fi dement.

În al patrulea rând, imediat după urinare, energia este epuizată. În acest moment, nici Yin și Yang nu pot fi combinate, sau arterele și venele vor fi astringente, iar dacă se va naște copilul, acesta va comite păcate.

În al cincilea rând, nu combinați Yin și Yang atunci când sunteți foarte obosit și mintea nu este liniștită, sau cele două părți ale pieptului și talia vor fi grav dureroase, iar dacă se va naște copilul, acesta va avea deficiențe.

În al șaselea rând, imediat după baie, pielea și părul sunt încă umede. În acest moment, Yin și Yang nu trebuie combinate, sau veți simți că vă lipsește respirația, iar dacă se va naște copilul, acesta va fi incomplet.

În al șaptelea rând, atunci când sunteți în furie și venele penisului se simt dureroase, nu combinați Yin și Yang. Căci în acest moment, există o boală în interiorul corpului.

În Ge Zhi Yu Lam scris de Zhu Danxi, se spune că "educația prenatală antică este o rețetă mare, dacă fătul este bolnav, cauza este adesea necunoscută și neclară, iar boala este adesea ignorată. Medicul nu poate ști. Fătul împarte același corp cu mama. Le este cald și frig, boală și confort împreună. Mâncarea și băutura mamei și viața de zi cu zi trebuie să fie prudente. Acest lucru nu poate fi ignorat. Afirmația de mai sus arată că în China antică, nașterea și creșterea excelentă erau bine subliniate.

II. Educația prenatală

TCM subliniază, de asemenea, foarte mult nașterea excelentă a unui făt sau subliniază îngrijirea prenatală a sănătății. În *Dong Xuan Zi* se spune că "orice femeie, după ce rămâne însărcinată, ar trebui să facă lucruri bune. Să nu vezi culori rele și să nu auzi limbi rele. Controlați pofta sexuală. Nu înjurați; nu blestemați; nu fiți îngroziți; nu fiți obosiți; nu spuneți minciuni; nu fiți îngrijorați; nu mâncați crud; nu mâncați alimente grase și fierbinți; nu luați vehicule; nu călăriți cai;

nu vă urcați; nu coborâți; nu mergeți pe un drum descendent; nu mergeți în grabă; nu luați medicamente; nu acceptați acupunctura și moxibustionarea. Ar trebui să-și rectifice mintea și gândurile și să asculte des scripturile. În acest caz, copilul, fie că este bărbat sau femeie, va avea o inteligență deosebită și va fi cinstit, sincer, credincios și fin. Aceasta se numește educație prenatală".

De asemenea, se subliniază faptul că, încă din perioada timpurie a fătului, ar trebui să se prețuiască educația virtuții și a moralității. Caracteristica educației prenatale în MTC este că se acordă importanță educației în eticheta confucianistă începând cu a treia lună de sarcină. Se gravează inscripția din perioada fetală pentru întemeierea moralității etice a copiilor Împăratului Galben. De ce este atât de adânc înrădăcinată influența confucianismului asupra națiunii chineze? Poate că acest lucru poate fi urmărit până la influența sa în perioada de sarcină. De exemplu, se spune în *Rețete valoroase* scrise de Sun Simiao, care a avut contribuții importante la dezvoltarea eugeniei, că "în a treia lună de sarcină, fătul se schimbă odată cu creșterea sa și caracterul său nu a fost încă hotărât. Așadar, începând cu a treia lună de sarcină, femeia însărcinată trebuie să privească bijuteriile și animalele de pradă, cum ar fi rinocerii și elefanții; să vadă înțelepții, domnii și marii maeștri ai moralității; să urmărească circumstanțele muzicii războinice, sunetul clopotelor și purtarea tobelor, riturile sacrificiale și afacerile militare; și să ardă bețișoare de jăratic, să citească cu voce tare îndemnuri antice și moderne și să trăiască într-un loc simplu și liniștit". Nu mâncați fără o tăiere regulată a alimentelor; nu stați fără așezarea regulată a covorașului; cântați la pian sau la alte instrumente muzicale, reglați mintea și spiritul; calmați temperamentul; controlați pofta de dependență de hobby și fiți liniștiți în toate. Acești copii născuți sub un astfel de fond vor fi fini, credincioși, filiali, umani și inteligenți fără boli și astfel vor trăi o viață lungă. Toate acestea fac parte din educația prenatală a regelui Wen. Acest lucru subliniază faptul că în timpul perioadei de sarcină, mai ales în luna a treia, caracterul nu a fost încă hotărât, iar educația prenatală este cea mai eficientă.

Conceptul de inscripție gravată a fost creat de un anatomist pe nume Lao Lunci. De fapt, aceasta se referă la prima impresie dată de animale, adică la prima impresie a animalelor la naștere. Deși inscripția gravată are loc doar în timpul unei perioade scurte de creștere a animalelor, odată ce inscripția este gravată, va fi dificil ca aceasta să fie ștearsă. Altfel spus, educația prenatală și educația copiilor pot influența întreaga viață a unei persoane. Inspirația sa importantă este că, cu cât educația prenatală începe mai devreme, cu atât efectul va fi mai bun. Marele medic Sun Simiao sublinia începerea educației prenatale din "a treia lună de sarcină".

O mare importanță este acordată educației prenatale și în alte țări. S-a relatat că o mamă a oferit o educație prenatală atentă celor trei copii ai săi în perioada prenatală și, ca urmare, coeficientul de inteligență (IQ) al acestora a fost cu toții ridicat.

Inteligența poate fi moștenită. Este, de asemenea, un fel de substanță și informație. Acum că constituția, funcțiile fiziologice și condițiile patologice ale unui om pot fi moștenite, de ce nu pot fi moștenite calitatea și inteligența sa?

Inteligența și calitatea omului pot fi moștenite. Surorile și frații care cresc împreună primesc aceeași educație atunci când sunt copii. Cu toate acestea, odată cu înaintarea în vârstă, calitățile lor pot deveni complet opuse - unii sunt la fel ca mama, iar alții seamănă mult cu tatăl, bunicul sau străbunicul. Aceasta este așa-numita situație de a fi "asemenea tatălui, asemenea fiului". Acest lucru arată că, pe parcursul întregii vieți a unui om, contribuțiile la moralitate sunt foarte importante. Ele au o influență nu numai asupra propriei persoane, ci și asupra generației mai tinere.

Confucius și Mencius au crezut că omul a fost bun la început; dar Gaocius a crezut că omul a fost rău la început. De fapt, omul este atât bun, cât și rău la început.

În prezent, există un raport potrivit căruia coeficientul de inteligență (IQ) poate fi moștenit. Acest lucru atestă încă o dată faptul că mișcarea funcției creierului în sine este un fel de substanță care poate fi moștenită. Moștenirea este, de asemenea, o formă de mișcare a materiei. Acest lucru avansează faptul că cel mai timpuriu moment al educației prenatale ar trebui să fie schimbat de la "a treia lună de sarcină", așa cum a susținut Sun Simiao, la generația taților sau a bunicilor, sau chiar mai devreme. Așadar, ridicarea calității întregii națiuni nu este doar o matcă a uneia sau a două generații, ci responsabilitatea tuturor generațiilor.

Secretele femeilor din Ming Wan Quan au acordat atenție reglării spiritului și a dispoziției pentru a întreține fătul. De exemplu, se spunea că: "După ce a rămas însărcinată, nu se poate să nu fie atentă la fericirea, furia, durerea și bucuria ei. Excesul de fericire poate răni inima și Qi se dispersează; excesul de primejdie poate răni ficatul și Qi urcă; excesul de delir poate răni splina și Qi se afumă; excesul de îngrijorare poate răni plămânii și Qi se încheagă; excesul de teamă poate răni rinichii și Qi coboară. Dacă Qi-ul unei mame este rănit, Qi-ul copilului îi corespunde. Acesta nu poate evita să fie rănit. Dacă mama este rănită, fătul va fi avortat cu ușurință; dacă copilul este rănit, viscerele sale nu pot fi în concordanță cu Qi-ul și se va umple de boli. Orbirea, surditatea, mutenia, amorțeala și epilepsia sunt toate cauzate de neregularitate.

Medicii de *parturiție* din medicina chineză insistă asupra necesității de a proteja fătul, de a preveni și de a evita rănile *parturienței*. De exemplu, *Cele zece căi ale parturirii din Yang Zi Jian* tratează travaliul natural, travaliul rănit, parturiția accelerată, parturiția la rece, parturiția la căldură, parturiția transversală, parturiția inversă, parturiția înclinată, parturiția împiedicată, parturiția așezată și parturiția cu intestin răsucit etc.

Cele de mai sus arată că China antică a făcut mari realizări în domeniul eugeniei. În special în însămânțarea și educația prenatală au existat câteva trăsături distincte, care ar trebui folosite ca referință.

(Traducere de Wang SuYing)

Capitolul 31

Cartea schimbărilor și Ecologia

Secțiunea 1. Ecologie și ecosistem

Ecologia este un subiect nou-nouț, cu un viitor strălucit. Ea reprezintă studiul relației dintre condițiile de viață ale creaturilor și mediul înconjurător al acestora.

Există trei părți ale ecologiei: autoecologia, ginecologia și sinecologia. Autoecologia are de-a face cu relația dintre indivizi și mediul înconjurător; ginecologia se ocupă de problema ecologică a schimbului de informații genetice între homo-individuali, iar sinecologia sondează sistemul ecologic al ființelor din turmă.

În ecologie, ecosistemul reprezintă nucleul studiului. Este unul dintre cele mai active subiecte de conducere din prezent. Ecosistemul este o unitate organică în care ființele vii și ființele non-viitoare se luptă și se integrează pentru a menține un echilibru solid. Ființele vii sunt inseparabile de mediul lor înconjurător, care constituie un sistem contradictoriu și unit, și anume ecosistemul, nucleul ecologiei. În concluzie, studiul ecologiei acoperă atât relația dintre ființele vii și mediul înconjurător, cât și interrelația dintre ființele vii însele. Ea este strâns legată de medicină și de protecția mediului.

Ecosistemul, ca să spunem așa, este studiul biosferei și al împrejurimilor sale. Biosfera este sfera de existență a vieții în care trăiesc 2.000.000 de tipuri de animale. 300.000.000 de tipuri de plante și 37.000 de tipuri de microorganisme. Aceste ființe vii fac schimb de energie și substanțe cu mediul înconjurător. Ecologia este studiul legilor care stau la baza acestui lucru.

În general, ecologia și *Cartea Schimbărilor* sunt în strânsă legătură una cu cealaltă. Teoria Schimbărilor are o importantă valoare practică pentru studiul ecologiei.

Secțiunea 2. Cartea Schimbărilor și echilibrul ecologic

Centrul teoretic al ecosistemului este echilibrul ecologic, ceea ce înseamnă că ecosistemul este o unitate organică inter-relaționată și inter-restricționată. În această unitate, intrările și ieșirile de substanță și energie sunt aproximativ egale, iar funcția și structura sa se mențin relativ stabile într-o anumită perioadă de timp. Deoarece ecosistemul este capabil să controleze feedback-ul, se poate autoregla, și anume, ecologia rămâne relativ stabilă.

Cartea schimbărilor este bogată în viziunea sa ecologică, ceea ce o face instructivă din punct de vedere teoretic chiar și în secolul XX. Ea întruchipează atât de viu regula echilibrului, fie în *Gua Yao Ci*, fie în imagini și simboluri, încât poate fi numită un echilibru precis. De exemplu, cele Opt Trigrame și Hexagramele formează un ansamblu organic în care dispunerea celor șase linii demonstrează un echilibru minunat. La fel și numărul și distribuția Yin Yao și Yang Yao în 386 de linii. Urcarea și coborârea lui Yin Yao și Yang Yao în hexagrame arată echilibrul dinamic în Hexagrama expusă circular (figura 9-9). Cele șase linii ale sale formează șase cercuri, fiecare perfect în armonie, fiecare cerc semănând cu un grup al biosferei.

Întregul cerc organic al celor Opt Trigrame este plin de echilibru și armonie; este simplu din complex. Ca să spunem așa, Hexagramele expuse circular sunt întruchiparea echilibrului ecologic pe pământ.

Îmbrățișarea lui Yin și Yang în Marele Terminus arată că Yin și Yang sunt interdependente (figura 12-3). Faptul că Yin și Yang sunt împărțite în două părți nu printr-o linie dreaptă, ci printr-o curbă în formă de "s" înseamnă a arăta echilibrul dinamic al lui Yin și Yang. Marele Terminus simbolizează interrelația dintre Yin și Yang în spațiu, legea universală a mișcării spațiale, reflectând astfel interrelația dintre Yin și Yang în ecologie. În special, structura solidă a echilibrului care se rotește în spirală în Marele Terminus întruchipează principiul echilibrului dinamic în ecosistem.

În ceea ce privește Harta He și Scrierea Luo, ambele conțin aceeași teorie a echilibrului care se reflectă sub formă de matematică (figurile 13-1, 13-5). În plus, Marele Terminus reflectă echilibrul circular, în timp ce Harta He și Scrierea Luo reflectă echilibrul pătrat. Numerele care reprezintă cele patru direcții din Harta He și cele care reprezintă cele patru direcții și cele patru colțuri din Scrierea Luo prezintă simetrie și echilibru. Este uimitor faptul că aceste numere se adună la egalitate, indiferent de modul în care sunt adunate pe rânduri, linii sau diagonale. Așadar, Harta He și Scrierea Luo sunt ideograme ale echilibrului ecologic străvechi.

Implicația teoretică a echilibrului ecologic antic în Book of Changes servește drept îndrumar pentru echilibrul ecologic de astăzi. Ceea ce merită atenție este faptul că în Gua Yao Ci există un număr bun de expuneri strălucite despre echilibru. De exemplu, se spune în *Marele Tratat despre Yi*: "Apa și focul contribuie împreună la un singur obiect; tunetul și vântul nu acționează în mod contrar unul față de celălalt; munții și colecțiile de apă își schimbă influențele". Aceasta înseamnă că toate lucrurile naturale sunt strâns legate de o unitate, chiar dacă sunt de natură opusă. Pentru un alt exemplu, se spune în *Tuan în Trigrama Qian din Yi*: " Dacă se păstrează o mare armonie în uniune, rezultatul este ceea ce este avantajos, corect și ferm". Multe trigrame din *Cartea Schimbărilor* întruchipează același principiu, cum ar fi Tai și Pi, Ji Ji, Li și Kan. Toate aceste trigrame elucidează faptul că "cerul și pământul sunt în comunicare unul cu celălalt, toate lucrurile în consecință au curs liber", așa cum se spune în trigrama Tai.

În *Cartea Schimbărilor*, marea lege a "schimbării" și a "stabilității" este doar unitatea dintre mișcare și echilibru, care instruiește în mare măsură echilibrul natural.

Absorbind teoria echilibrului din *Cartea Schimbărilor*, MTC acordă o mare importanță echilibrului și autoreglajului natural. De exemplu, în *Canonul de medicină al împăratului*, *Șapte bucăți de Yun Qi* are o părere foarte bună despre relația dintre climă, fenologie și sindrom. În ceea ce privește clima, aceasta se reglează prin inter-promovarea și interacțiunea dintre *suiyun*, *sitian* (care controlează prima jumătate de an) și *zaiquan* (care controlează a doua jumătate de an). Ele sunt numite vârsta celor trei tipuri de Qi: supraacțiune-contraacțiune-acțiune-acțiune stabilă.

Climatul își menține auto-echilibrul prin relația dintre supra-acțiune, răzbunare, înăbușire și erupție. Adică (cele șase tipuri de Qi: vânt, frig, căldură, umezeală, uscăciune, foc) excesul este dăunător și este nevoie de Qi de legătură pentru a-l reține.

MTC prețuiește mult relația ecologică dintre lucruri.

De exemplu, în *Wu Yun Xing Da Lun* din *Întrebări simple* se spune: "Estul promovează vântul, vântul promovează lemnul, lemnul promovează acru, acru promovează ficatul, ficatul promovează tendonul, tendonul promovează inima ---, sudul promovează căldura, căldura promovează focul, focul promovează amarul, amarul promovează inima, inima promovează sângele, sângele promovează splina - , centrul promovează umezeala, umezeala promovează

pământul, pământul promovează dulcele, dulcele promovează splina, splina promovează mușchiul, mușchiul promovează plămânii - , vestul promovează uscăciunea, uscăciunea promovează metalul, metalul promovează picantul, picantul promovează plămânii, plămânii promovează pielea și părul, pielea și părul promovează rinichii - , nordul promovează frigul, frigul promovează apa, apa promovează săratul, săratul promovează rinichii, rinichii promovează măduva, măduva promovează ficatul -". Toate acestea reflectă cel mai bine un lanț inseparabil de relații. Ceea ce este menționat mai sus afirmă clar că modelul de gândire străvechi din *Cartea Schimbărilor* și din *Canonul de Medicină al Împăratului* implică idei bogate despre lanțul și echilibrul ecologic. Acesta poate fi considerat încă un model teoretic pentru ecologia de astăzi.

Secțiunea 3. Iluminarea Cărții Schimbărilor pentru echilibrul ecologic

I . Criza ecologică pe Pământ

Ecosistemul are calitatea de a controla feedback-ul. Acesta se poate autoregla pentru a menține echilibrul, cu excepția cazului în care echilibrul ecologic este distrus într-o asemenea măsură încât depășește limita autoreglajului. Iar pierderea funcției de autoreglare poate duce la pierderea echilibrului ecologic. Dacă starea se înrăutățește din ce în ce mai mult, aceasta va duce, în consecință, la o criză ecologică, care reprezintă un pericol ascuns pentru viața pe Pământ.

O criză ecologică include pierderea echilibrului unor elemente ecologice cum ar fi lumina, temperatura, nutriția, sarea, focul, apa și oxigenul. Mai concret, problemele sunt: creșterea populației, risipa de energie, lipsa de resurse, modificări ale lanțului alimentar, poluarea mediului, exploatarea forestieră excesivă, dispariția animalelor, pierderea pământului și a solului, distrugerea culturilor de iarbă, abandonarea pășunilor naturale, creșterea rapidă a populației urbane.

Criza demografică a lui Malthus, evidențiază faptul că populația crește cu o rată de 2, 4, 16, - în timp ce agricultura poate crește doar cu o rată de 1, 2, 3, ---. Conform acestei rate, agricultura nu poate niciodată să ajungă din urmă creșterea populației, după care Malthus a considerat că contradicția dintre cele două rate este sursa crizei ecologice. Deși ceva din punctul său de vedere trebuie criticat, meritul său constă în avertismentul adresat omenirii. Într-adevăr, controlul creșterii nelimitate a populației este o măsură decisivă luată pentru a echilibra ecologia.

Pentru echilibrul ecologic, ființa umană este principalul distrugător și are puterea de a-l restabili. Oamenii își dau seama din ce în ce mai mult de importanța protejării mediului și a restabilirii echilibrului ecologic.

Echilibrul ecologic nu numai că ar trebui să aplice știința modernă, dar ar trebui să absoarbă și teoriile antice, cum ar fi teoria cuprinsă în *Cartea Schimbărilor*, care aruncă multă lumină asupra păstrării și restabilirii echilibrului ecologic.

II. Iluminarea teoriei din Cartea Schimbărilor pentru echilibrul ecologic

În *Cartea Schimbărilor*, teoria echilibrului din Gua Yao Ci sau Hexagramele expuse circular sau Marele Terminus sau Harta He și Scrierea Luo, este cu adevărat echilibrul dintre Yin și Yang. Regula-relație dintre Yin și Yang include creșterea și descreșterea, inter-reținerea și inter-dependența lui Yin și Yang. Este relația de interdependență de care are nevoie ecologia pentru a-și realiza intrarea și ieșirea de substanță și energie. Iar teoria echilibrului dintre Yin și Yang se întruchipează în întregul echilibru ecologic. Într-o ecosferă, plantele *heliofage* și plantele *heliofile*, animalele femele și masculi, bărbații și femeile, toate acestea păstrează un anumit echilibru dinamic, în care echilibrul natural al lui Yin și Yang nu poate fi distrus. De exemplu, este incorect să se verifice sexul unui făt în anumite locuri, rezultatul negativ al intervenției omului în echilibrul ecologiei va produce efecte negative.

Prin urmare, criza ecologică își are rădăcinile în distrugerea echilibrului natural al lui Yin și Yang. Vedeți doar o cifră uluitoare: pământul se transformă în deșert cu o viteză de zece acri pe minut, iar acest lucru rezultă din tăierea gratuită a copacilor care distruge grav echilibrul dintre Yin și Yang. Mai mult, vegetația se înrăutățește constant, ceea ce duce la uscarea treptată a 20% din apa potabilă. În plus, din cauza temperaturii ridicate de pe pământ, incendiile de pădure se întețesc unul după altul, punând clima într-un cerc vicios. Rezultatul este că clima se polarizează - într-un loc,

iarna este ca o primăvară, în timp ce în altul ninge în iunie cald; într-un loc, există o furtună de nisip din cauza secetei, în timp ce în altul, pământul este distrus din cauza furtunilor - pământul își pierde anii de condiții climatice favorabile. În plus, experimentul cu arme atomice a făcut o gaură în stratul de ozon de la Polul Sud, iar multe râuri au fost umplute cu ape reziduale otrăvitoare, ba chiar întregul pământ devine plin de deșeuri și gunoaie. Confruntat cu pericole ascunse, pământul trudește peste tot. Dacă nu se iau măsuri pentru a proteja ecologia și pentru a restabili echilibrul dintre Yin și Yang, oamenii indiferenți se vor autodistruge în cele din urmă.

În concluzie, ecosistemul ar trebui să respecte regula echilibrului pentru a se menține relativ stabil, mai ales echilibrul dinamic dintre Yin și Yang într-o ecosferă.

III. Iluminarea teoriei celor trei puteri pentru echilibrul ecologic

Cartea Schimbărilor prețuiește foarte mult teoria celor Trei Puteri care înseamnă univers-creatură-societate, sensul său restrâns este lume-societate-om. Teoria conturează faptul că totul în univers este inter-relaționat și inter-conectat, universul este un întreg organic. După cum se spune în *Tratatul de observații asupra trigramelor din Yi*, "calea cerului, numind Yin și Yang; calea pământului, numind moale și dur; și calea oamenilor, sub numele de bunăvoință și dreptate ". Acest tip de relație poate fi cel mai bine ilustrat de ceea ce spunea un ecologist străin: "dacă arunci un copil din leagăn, întregul univers va fi zguduit". Astfel, relația dintre toate lucrurile din natură este cea care pune bazele echilibrului ecologic.

Cartea Schimbărilor este o capodoperă a sociologiei, modul său de univers-creatură-societate subliniază poziția de lider a "societății". Acest lucru este de mare importanță pentru echilibrul ecologic. Deoarece omul este un factor principal atât în distrugerea, cât și în restabilirea echilibrului ecologic, este adevărat că omul joacă un rol decisiv în acest sens. Dar partea crucială a echilibrului ecologic constă în protejarea mediului și în controlul creșterii fără scop a populației. Aceasta din urmă este cea mai importantă înainte ca omul să aibă capacitatea de a trăi pe alte planete, cel puțin controlul populației poate rezolva temporar problema intrării și ieșirii de substanță și energie.

IV . Cartea schimbărilor oferă un mod structural de bază pentru echilibrul ecologic

Fie că este vorba de Hexagrame, Marele Terminus sau Harta He, sau Scrierea Luo, este un mod structural precis pentru echilibrul ecologic. În Hexagrama expusă circular, echilibrul Yin și Yang în fiecare din cele șase cercuri compune un mare echilibru al celor șase cercuri. Faptul că Yin Yang Yao-ul său este delicat simetric poate fi evaluat ca o întruchipare a echilibrului Yin Yang din univers. În ansamblu, structura Hexagramei subliniază conexiunea și organicitatea lucrurilor, ceea ce oferă un model pentru echilibrul ecologic natural.

Cele Opt Trigame servesc ca o îndrumare în special pentru amplasarea spațiului în echilibrul ecologic. Cele Opt Trigrame simbolizează patru direcții și patru colțuri, fiecare trigramă reprezintă o anumită lege naturală (inclusiv apa și focul, Yin și Yang, frigul și căldura, seceta și groapa de gunoi, clima, direcția vântului, lumina soarelui, temperatura). Să luăm, de exemplu, *Aranjamentul ulterior* al celor opt trigrame, fiecare trigramă implică atât elementele Yin Yang, cât și cele cinci elemente. Pentru a o spune clar, nordul Kan (Groapa primejdioasă) este frigul, apa; sudul Li (Agățătorul, [Strălucirea]) este căldura, focul; estul Zhen (Tunetul, Puterea excitantă) este vântul, lemnul; vestul Dui (Bucuria Plăcerea) este uscăciunea, metalul; celelalte patru trigrame simbolizează toate conversia crescătoare și descrescătoare a Yin și Yang, precum și frigul și căldura. Așadar, conform *Cărții Schimbărilor* "Notele de aceeași tonalitate își răspund una alteia; creaturile de aceeași natură se caută una pe alta", ar trebui dezvoltate creaturile corespunzătoare lui Yin și Yang, frigului și căldurii. Iar teoria celor Cinci Elemente din cele Opt Trigrame pune bazele relației ecologice în echilibrul ecologic.

În Grand Terminus, mișcarea de rotație spirală a lui Yin și Yang care se îmbrățișează oferă un mod structural dimensional pentru echilibrul naturii. Legătura dintre Lao Yang și ShaoYin, LaoYin și ShaoYang înseamnă că Yin-ul extrem sfârșește cu Yang și invers. Teoria menționată mai sus ar trebui să fie absorbită în structura echilibrului ecologic. Dacă creșterea plantelor *heliofobe* și

a plantelor *hiliofile* poate fi adaptată în curba Marelui Terminus și a lui Yin și Yang, se vor obține mai multe efecte.

Pământul este un Mare Terminus, iar pe el se află altele nenumărate și mai mici. Fiecare ecosistem, a cărui îmbrățișare a munților și a apelor, Yin și Yang, seamănă în cea mai mare parte cu îmbrățișarea lui Yin și Yang în Marele Terminus. Meandrele râurilor și ale cursurilor de apă, ca niște curbe în formă de "s", taie Marele Terminus ecologic în altele mai mici.

Ecosfera își menține echilibrul natural prin îmbrățișarea munților și a apelor, armonia lui Yin și Yang. Într-o ecosferă, există Yin Yang extrem și Yin Yang echilibrat. În locurile cu Yin Qi și Yang Qi polarizate (cum ar fi terenul uscat tare și terenul umed moale), Yin Qi și Yang Qi sunt extreme de o parte și de alta, iar plantele diferite se răspândesc corespunzător zonelor diferite. De exemplu, în zona concentrată pe Yin Qi, există multă căldură și energie, astfel încât plantele care au nevoie de mult din acestea cresc; în locul centrat pe Yin Qi, există mai puțină căldură și energie, astfel încât plantele care au nevoie de mai puțină din acestea cresc; în timp ce în regiunea în care Yin și Yang își păstrează echilibrul, substanțele sunt expuse la căldură și frig în mod egal, astfel încât Yin și Yang ale plantelor și animalelor își păstrează armonia. În general, echilibrul natural din ecosferă prezintă echilibrul lui Yin și Yang în Marele Terminus. Pentru a construi și a păstra echilibrul ecologic, este esențial să acționăm în conformitate cu regula echilibrului Yin și Yang în Marele Terminus.

Într-un cuvânt, fie că este vorba de a îmbunătăți mediul înconjurător, de a cultiva plante sau de a crește animale, "Notele de aceeași cheie își răspund una alteia: creaturile de aceeași natură se caută una pe alta" în *Cartea Schimbărilor* este regula de bază.

Harta He și Scrierea Luo, de asemenea, aruncă multă lumină asupra structurii ecologice, în care ele oferă coerența pătratului în comparație cu conexiunea cercului furnizată de Marele Terminus. Relația dintre timp și spațiu este clar ilustrată în special în Harta He și în Scrierea Luo, în special cele cinci cifre din Scrierea Luo "trei, cinci, nouă, șapte și unu" care reprezintă relația dintre "vânt, căldură, uscăciune, frig, umezeală" și "est, sud, vest, nord, mijloc" și "primăvară, vară, toamnă, iarnă, vară târzie". Această relație simbolizează transferul de loc și schimbarea timpului, astfel încât conexiunea dintre lucruri să fie reflectată din unghiul timpului și al spațiului.

Mai mult, harta He și scrierea Luo implică un înțeles profund al relației de interacțiune a celor cinci elemente în echilibrul ecologic. În afară de regula Yin și Yang, rece și cald, echilibrul ecologic conține și interrelația dintre uscăciune, umezeală, duritate și moliciune. De exemplu, în harta He și în scrierea Luo, distribuția frigului și căldurii, a căldurii și răcelii, a uscăciunii și umezelii, a durității și a moliciunii este: nord-rece-Yin Polar (apă), est-încălzire (lemn, moliciune), vest-răceală-uscăciune (metal, duritate), mijloc-umiditate (pământ), sud-căldură-Yang Polar (foc).

Ceea ce merită cea mai mare atenție este faptul că metalul acționează asupra lemnului ca acțiune a durității asupra moliciunii, apa acționează asupra focului ca frigul împotriva căldurii, legătura dintre ele fiind pământul-umiditatea, care joacă rolul de moderator și armonizator. Prin urmare, pentru a menține echilibrul ecologic, este mai eficient să acționăm în conformitate cu regula celor cinci elemente, legea ecologiei, să folosim promovarea și să evităm interacțiunea...

Pentru a rezuma, *Cartea Schimbărilor* oferă mari lămuriri pentru echilibrul ecologic.

Introducerea teoriilor din *Cartea Schimbărilor* în ecologie va avea o semnificație strategică de mare anvergură pentru exercitarea efectului ecologic și susținerea echilibrului ecologic.

Secțiunea 4. Cartea Schimbărilor și simbioza

Simbioza este un element important în echilibrul ecologic. În natură nu există doar selecția naturală și concurența între specii, prezentate de Darwin, ci și fenomenul simbiozei.

Acest cuvânt, adus în față pentru prima dată în 1879 de Andon Daibali, un botanist german, este egalul grecesc pentru "symbios", ceea ce înseamnă că mai multe tipuri de animale și plante trăiesc împreună în condiții de reciprocitate. Este dezvoltarea "commensalismului" pe care sensul este acela că două sau mai mult de două feluri de creaturi trăiesc în pace fără a se deranja reciproc. De altfel, simbioza nu contrazice libera selecție a lui Darwin. Ea este mai adaptabilă decât "amensalismul" pentru a se lupta cu un mediu nefavorabil. Din acest motiv, "simbioza" este o selecție liberă pozitivă. Ea joacă un rol de propulsie în evoluția *hiologică*.

În mare, în păduri și în preerie, peste tot se găsesc vechile comunități simbiotice. Generație după generație, ele au format o forță simbiotică din care se sparg și se întemeiază în mod constant multe imunități simbiotice noi, favorabile. Această selecție unitară are mai multe șanse de a învinge concurenții decât selecția separată.

Simbioza din natură este un fenomen natural dezvoltat între creaturi în cursul evoluției.

Următoarele exemple servesc drept cea mai bună ilustrare.

Plante cu plante: micorizele și ciupercile micorizice formează o pânză protectoare de *hife* pentru a împiedica invadarea bacteriilor patogene, pentru a secreta antibiotice pentru a proteja rădăcinile plantelor, astfel încât microbii benefici din sol să fie atrași de nutriția de schimb.

Micoriza și rădăcinile plantelor trăiesc în pace și profită una de cealaltă; bacteriile leguminoase și rădăcinile de fasole trăiesc în *comensalism*. Ambele menționate mai sus sunt cele mai frecvente fenomene de simbioză.

Animale cu plante: plantele absorb dioxidul de carbon și eliberează oxigen în cursul fotosintezei; animalele absorb oxigenul și eliberează dioxid de carbon în timpul respirației. Schimbul lor de gaze compune cercul de substanță de pe pământ. Reproducerea-polenizarea plantelor depind de insecte pentru a se transfera, cum ar fi albinele, muștele și gândacii. Acestea profită una de cealaltă; la fel și plantele și microbii din sol, în sensul că nenumărați microbi protejează și catalizează plantele, furnizând astfel substanțele necesare pentru creșterea plantelor. Algele marine și coralii conviețuiesc împreună; lichenii, care cresc în zone reci sau în deșerturi uscate sau pe stânci abrupte, creează condiții pentru plantele de mai târziu.

Animale cu animale: animalele carnivore și cele care se hrănesc cu plante (ierbivore) sunt încă interdependente, deși sunt evident opuse, precum apa și focul. De exemplu, oile riscă să fie mâncate de lupi, dar tocmai de amenințarea minorității de lupi au nevoie oile pentru a evolua rapid.

Microbii cu ființele umane: în stomacul uman există 250 de tipuri de microbi, ceea ce înseamnă 30-40 de miliarde de bacterii în 1 kg de excremente umane. În timp ce coexistă cu ființele umane din generație în generație, acestea se compun în vitamine, aminoacizi și fermenți (enzime) de care omul are nevoie și îl ajută pe om să rețină alte grupuri de bacterii inofensive pentru a preveni bolile. Motivul pentru care animalele care se hrănesc cu plante mănâncă iarbă, dar produc lapte, este că o bună parte din bacteriile coexistente în stomac funcționează. Fără ajutorul microbilor, omul ar fi îngropat de cantitățile mari de gunoi aruncate zilnic, astfel că numărul mare de microbi propulsează ciclul substanțelor.

Simbioza creaturilor atestă faptul că natura are un caracter armonios și prietenos. Selecția și competiția sunt forțate să aibă loc în scopul principal de a depăși dezastrele.

Cartea Schimbărilor implică ideea de simbioză și evidențiază legătura și armonia din natură. Se spune în *Marele Tratat despre Yi*: "cerul și pământul și-au primit pozițiile lor determinate; munții și colecțiile de apă și-au schimbat influențele; tunetul și vântul s-au excitat reciproc cu atât mai mult, iar apa și focul nu și-au făcut niciun rău unul altuia", ceea ce simbolizează faptul că Qian sugerează ideea de cer și Kun ideea de pământ; Gen sugerează emblema unui munte și Dui emblema unei colecții de apă joasă; Zhen sugerează ideea de tunet și Xun ideea de vânt; Kan sugerează ideea de apă și Li ideea de foc. Relația armonioasă a celor Opt Trigrame reflectă faptul că întreaga natură este într-o mare armonie, ceea ce se reflectă și în îmbrățișarea Marelui Terminus și a Hărții He și a Scrierii Luo.

Simbioza face parte din domeniul biologiei, dar poate fi rezumată și la bionică, ecologie și bionică simbiotică. Aceasta creează condiții pentru ca omul să aplice teoria simbiozei.

Simbioza indică teoria complementarității între creaturi. Ea luminează faptul că evoluția lucrurilor ar trebui să utilizeze pe deplin complementaritatea și avantajele altor specii, precum și să depindă de autoadaptarea în cadrul aceleiași specii. Aceasta este o bază importantă pentru echilibrul ecologic și, de asemenea, conținutul principal al bionicii.

Ecosfera de complementaritate și avantaje compusă din plante și animale nu numai că menține echilibrul ecologic, dar promovează și evoluția creaturilor. Fenomenele de simbioză sunt păstrate în cursul evoluției prin intermediul informațiilor genetice și transmise din generație în generație.

Odată cu evoluția de zece milioane de ani, "atracția" și "respingerea" dintre specii au fost transformate în relații fixe prin moștenirea genetică, dar această relație încă se poate schimba și transforma odată cu schimbarea mediului.

Simbioza și bionica sunt două părți importante în bionică. Multe principii din simbiotică sunt foarte instructive. De exemplu, întrebarea de ce gazda nu respinge imunologic simbiotul arată că simbiotul face anumite lucruri benefice pentru gazda sa și că creaturile selectează să se imunizeze împotriva diferitelor specii.

Selecția naturală, care dezvoltă pe deplin relația de respingere între creaturi, propulsează evoluția prin competiția crudă pentru condițiile de viață, în timp ce simbioza pune în joc relația de atracție pentru a forma o unitate de viață și de moarte, ajutând bio-comunitatea să supraviețuiască unui mediu nefavorabil. Prin urmare, este de mare valoare să descoperim secretele din simbioză, să dezvoltăm teoria inter-relației și a interacțiunii între *simbioți* și să o aplicăm la creșterea animalelor, la cultivarea plantelor etc. În consecință, este posibil să se controleze tumorile sau alte boli prin utilizarea relației de inter-reținere sau să se stimuleze motivat creșterea gazdei prin extragerea unor substanțe de inter-promovare de la *simbiotul* său. Dezvăluind secretele schimbărilor dintre biocomunități, omul le poate aplica la echilibrul și armonia organelor sale. În plus, descoperirea funcțiilor simbiozei animale va lumina în mare măsură dezvoltarea imunologiei.

În ansamblu, descoperirea misterului simbiotic are o semnificație practică considerabilă pentru medicina bionică, industria bionică și agricultura bionică. Efectul cuprinzător manifestat de simbioză arată forța de viață puternică și rata mare de evoluție a creaturilor de acest tip. Iar acest lucru indică faptul că semnificația simbiozei merită să fie dezvoltată în mod artificial în beneficiul omenirii. (*Referință: Despre simbioză de Chen Xiaoyi, Shi Qingli. Editura Meterology din Beijing. Ediția 1985*).

Iluminarea socială a simbiozei:

Simbioza creaturilor indică faptul că natura este un sistem armonios a cărui afinitate este demonstrată în diverse fenomene naturale. Creaturile nu se vor distruge reciproc într-o mare măsură, chiar dacă au condiții de viață limitate. Distrugerile în masă rezultă din calamități (dezastre). Simbioza confirmă faptul că creaturile sunt armonioase și prietenoase în natură. Mediul dur duce la selecție liberă și competiție, în care cei puternici supraviețuiesc, iar cei slabi sunt eliminați. Dar acest lucru nu se întâmplă în mod voluntar în natură.

Simbioza subliniază faptul că, în evoluția creaturilor și în menținerea speciilor, simbioza este mai avantajoasă decât traiul individual. Există o lege naturală în ceea ce privește echilibrul creaturilor; masacrele între creaturi nu sunt necesare pentru a păstra echilibrul. Cel mai adesea creaturile avansate sunt cele care distrug echilibrul ecologic, în special cele făcute de ființele umane.

Ce armonie minunată posedă natura! Indiferent dacă între plante, între animale sau între plante și animale, beneficiul reciproc și complementaritatea reprezintă capodopera naturii.

În special, animalele și plantele inferioare servesc drept victime pentru cele superioare. Fără mii de victime, fără spiritul de devotament tăcut, plantele și animalele superioare nu ar fi fost menținute până în prezent.

În plus, *simbioții* nu sunt benefici pentru toți indivizii. Unii *simbioți* continuă să dezvolte întreaga specie distrugându-se pe ei înșiși. *Simbionții* copacilor *baniani* sunt afectați, dar expansiunea copacilor *baniani* creează condițiile pentru deschiderea unei păduri. Cei slabi pot depinde unii de alții pentru supraviețuire, se protejează reciproc pentru a trăi prin duritate. Dar ființele umane? Ființele umane, cele mai avansate animale, ar trebui să trăiască în armonie.

Concurența este inevitabilă, dar nu neapărat între dușmani, chiar până la punctul de a se ucide reciproc. Prietenia, armonia, ajutorul și dragostea sunt caractere comune ale unei creaturi, fără a face excepție omul. Aceasta este iluminarea pe care simbioza creaturilor o oferă societății umane.

(Traducere de Zhang Qin)

Extras din Cartea Schimbărilor originală și din Analize

Partea I

1. Qian (Creatorul)

䷀ Qian (reprezintă) ceea ce este măreț și originar, pătrunzător, avantajos, corect și ferm.

În prima (sau cea mai joasă) linie, nedespărțită, (vedem subiectul său ca fiind) balaurul care stă ascuns (în adâncuri). Nu este timpul pentru o acțiune activă.

În a doua linie, nedespărțită, (îi vedem subiectul ca) balaurul care apare pe câmp. Va fi avantajos să se întâlnească cu marele om.

În a treia linie, nedespărțită, (vedem subiectul său ca) omul superior activ și vigilent toată ziua, iar seara încă atent și temător. (Poziția este) periculoasă, dar nu va exista nicio greșeală.

În linia a patra, nedespărțită, (vedem subiectul său ca fiind balaurul care pare) ca și cum ar fi sărit în sus, dar încă în adânc. Nu va fi nici o greșeală.

În a cincea linie, nedespărțită, (vedem subiectul său ca fiind) balaurul înaripat pe cer. Va fi avantajos să se întâlnească cu marele om.

În linia a șasea (sau cea mai de sus), nedespărțită, (vedem subiectul său ca fiind) balaurul care depășește limitele corespunzătoare. Va fi prilej de pocăință.

2. Kun (Receptiv, odihnindu-se în fermitate)

䷁ Kun (reprezintă) ceea ce este măreț și originar, pătrunzător, avantajos, corect și care are fermitatea unei iepe. Atunci când omul superior (vizat aici) trebuie să facă vreo mișcare, dacă va lua inițiativa, se va rătăci; dacă va urma, își va găsi stăpânul (potrivit), care va fi avantajos. Își va face prieteni în sud-vest și va pierde prieteni în nord-est. Dacă se odihnește în corectitudine și fermitate, va avea noroc.

În prima linie, divizat, (vedem subiectul) călcând pe gheață. Gheața puternică va veni (cu timpul).

A doua linie, divizată, (arată atributul de) a fi drept, pătrat și mare. (Operațiunea sa), fără eforturi repetate, va fi în toate privințele avantajoasă.

A treia linie, divizată, (arată subiectul său) păstrându-și excelența sub control, dar menținând-o cu fermitate. Dacă va avea ocazia să se angajeze în slujba regelui, deși nu va pretinde succesul (pentru el însuși), el va duce afacerile la bun sfârșit.

A patra linie, divizată, (arată simbolul) unui sac legat. Nu va exista niciun motiv de învinuire sau de laudă.

A cincea linie, divizată, (arată) haina inferioară galbenă. Va exista un mare noroc.

A șasea linie, divizată, (arată) dragoni care se luptă în sălbăticie. Sângele lor este purpuriu și galben.

3. Tun (Dificultate inițială)

䷂ Tun (indică faptul că în cazul pe care îl presupune) va exista un mare progres și succes, iar avantajul va veni din faptul că va fi corect și ferm. (Dar) orice mișcare în avans nu trebuie să fie (ușor) întreprinsă. Va exista un avantaj în numirea unor prinți feudali.

Prima linie, nediferențiată, arată dificultatea (pe care o are subiectul său) de a avansa. Va fi

avantajos pentru el să rămână corect și ferm; avantajos (de asemenea) să fie numit conducător feudal.

A doua linie, divizată, arată (subiectul său) necăjit și obligat să se întoarcă; (chiar) caii carului său (de asemenea) par să se retragă. (Dar) nu de un jefuitor (este asaltată), ci de cineva care o caută să-i fie soție. Tânăra domnișoară își păstrează corectitudinea fermă și refuză o uniune. După zece ani ea se va uni și va avea copii.

A treia linie, divizată, îl arată pe cel care urmează cerbul fără (îndrumarea) pădurarului și care se crede doar în mijlocul pădurii. Omul superior, cunoscând riscurile secrete, crede că este mai bine să renunțe la urmărire. Dacă ar fi mers înainte, ar fi regretat.

Linia a patra, divizată, arată (subiectul său ca o doamnă), ai cărei cai ai carului apar în retragere. Ea caută, totuși, (ajutorul) celui care o caută pentru a-i fi soție. Înaintarea va fi norocoasă; totul va decurge în mod avantajos.

A cincea linie, nedespărțită, arată dificultățile care se ivesc în calea (subiectului său) pentru a distribui bogatele favoruri care ar putea fi așteptate de la el. Cu fermitate și corectitudine va fi noroc în lucrurile mici; (chiar) cu ele în lucrurile mari va fi rău.

Linia cea mai de sus, divizată, îl arată (pe (subiectul său) cu caii carului său obligați să se retragă și plângând lacrimi de sânge în râuri.

4. Meng (Inexperiența tinereții, obscuritate)

䷃ Meng (indică faptul că în cazul pe care îl presupune) va exista progres și succes - eu nu (merg și) îl caut pe cel tânăr și neexperimentat, ci el vine și mă caută pe mine. Când el dă dovadă (de sinceritatea care marchează) primul recurs la divinație, îl instruiesc. Dacă apelează a doua și a treia oară, este supărător; iar eu nu-l instruiesc pe cel supărător. Există un avantaj în a fi ferm și corect.

Prima linie, divizată, (are în vedere) risipirea ignoranței. Va fi avantajos să se folosească pedeapsa (în acest scop) , și să se înlăture cătușele (din minte). Dar a continua pe această cale (a pedepsei) va da prilej de regret.

A doua linie, nedespărțită, (arată subiectul său) exercitând toleranță față de cei ignoranți, în care va exista noroc; și admițând (chiar) bunătatea femeilor, ceea ce va fi, de asemenea, norocos. (El poate fi descris și ca) un fiu capabil să (susțină povara) familiei sale.

A treia linie, divizată, (pare să spună) că nu trebuie să te căsătorești cu o femeie a cărei emblemă ar putea fi, pentru că, atunci când ea vede un bărbat bogat, nu-și va ține persoana departe de el, și în nici un caz nu va veni un avantaj de la ea.

A patra linie, divizată, (își arată subiectul ca și cum) ar fi legat în lanțurile ignoranței. Va fi prilej de regret.

A cincea linie, divizată, își arată subiectul ca pe un băiat simplu, fără experiență. Va exista noroc.

În linia cea mai de sus, nedespărțită, îl vedem pe unul lovindu-l pe ignorant (tânăr). Dar nici un avantaj nu va rezulta din a-i face un rău. Avantajul va veni din a îndepărta rănirea de el.

5. Xu (Așteptare)

䷄ Xu ne dă de înțeles că, cu sinceritatea care este declarată în el, va exista un succes strălucit. Cu fermitate va exista noroc; și va fi avantajos să traversezi marele pârâu.

Prima linie, nedespărțită, arată subiectul său așteptând în granița îndepărtată. Va fi bine pentru el să mențină constant (scopul astfel arătat), caz în care nu va exista nicio eroare.

A doua linie, nedespărțită, arată subiectul său așteptând pe nisipul (pârâului de munte). El va (suferi) micul (prejudiciu de) a fi vorbit (împotriva), dar în cele din urmă va avea noroc.

A treia linie, nedespărțită, își arată subiectul în noroiul (dozat de pârâu). El invită astfel la

apropierea dușmanului.

A patra linie, divizată, își arată subiectul așteptând în (locul) sângelui. Dar el va ieși din peșteră.

A cincea linie, nedespărțită, își arată subiectul așteptând în mijlocul aparatelor unui ospăț. Prin fermitatea și corectitudinea sa va avea parte de noroc.

Linia cea mai de sus, divizată, arată subiectul său intrat în peșteră. (Dar) sunt trei oaspeți care vin, fără a fi îndemnați, (în ajutorul său). Dacă el îi primește cu respect, în final va exista noroc.

6. Cântec (Conflict)

䷅ Cântecul arată cum, deși există sinceritate în lupta cuiva, el va întâmpina totuși opoziție și obstrucție; dar dacă el nutrește o prudență temătoare, va avea noroc, în timp ce, dacă trebuie să ducă lupta până la capăt (amar), va avea parte de rău. Va fi avantajos să-l vezi pe marele om; nu va fi avantajos să traversezi marele pârâu.

Prima linie, divizată, arată că subiectul său nu perpetuează chestiunea despre care (este) disputa. El va suferi micul (prejudiciu) de a fi vorbit împotriva lui, dar sfârșitul va fi norocos.

A doua linie, nedespărțită, arată subiectul său neegalat față de dispută. Dacă se va retrage și se va ține ascuns (acolo unde) locuitorii orașului său sunt (doar) trei sute de familii, nu va cădea în nicio greșeală.

A treia linie, divizată, arată subiectul său păstrându-se în vechiul loc atribuit pentru susținerea sa și corectând ferm. Oricât de primejdioasă ar fi poziția, în cele din urmă va avea noroc. Dacă se va angaja din întâmplare în afacerile regelui, el nu va (pretinde meritul de) realizare.

A patra linie, neîmpărțită, își arată subiectul inegal în fața disputei. El se întoarce la (studiul rânduielilor Cerului), își schimbă (dorința de a se certa) și se odihnește în a fi ferm și corect. Va avea parte de noroc.

A cincea linie, nedespărțită, arată subiectul său contestând; și cu mare noroc.

Linia cea mai de sus, nedespărțită, arată cum subiectul său poate avea centura de piele conferită (de suveran), și de trei ori îi va fi luată într-o dimineață.

7. Shi (Armata, acțiune de grup)

䷆ Shi arată cum, în cazul pe care îl presupune, cu fermitate și corectitudine și (un conducător de) vârstă și experiență, va exista noroc și nu va exista nicio eroare.

Prima linie, divizată, arată oastea care pornește conform regulilor (pentru o astfel de mișcare). Dacă acestea nu sunt bune, va fi rău.

A doua linie, nedespărțită, arată (conducătorul) în mijlocul oștirii. Acolo va fi noroc și nu va exista nicio eroare. Regele i-a transmis de trei ori ordinele (în favoarea sa).

A treia linie, divizată, arată că poate armata poartă cadavre în căruță, nenorocire.

A patra linie, divizată, arată oastea în retragere. Nu există nicio eroare.

A cincea linie, divizată, arată păsări pe câmp, pe care va fi avantajos să le prinzi (și să le distrugi). În acest caz nu va exista nicio eroare. Dacă fiul cel mai mare conduce oștirea, iar cei mai tineri (ocupă în mod zadarnic funcțiile care le-au fost atribuite), oricât de ferm și corect ar fi el, va exista rău.

Linia cea mai de sus, divizată, îl arată pe marele conducător livrându-și sarcinile, (numindu-i) pe unii ca să fie conducători de state, iar pe alții să se angajeze în fruntea clanurilor; dar oamenii mici nu ar trebui să fie angajați (în astfel de funcții).

8. Bi (Uniunea)

䷇ Bi indică faptul că (în condițiile pe care le presupune) există noroc. Dar să se reexamineze (partea principală vizată în ea), (ca și cum) prin divinație, dacă virtutea sa este mare, neîntreruptă și fermă. Dacă este așa, nu va exista nicio eroare. Cei care nu au odihnă vor veni atunci la el; iar cu cei care (prea) întârzie să vină va fi rău.

Prima linie, împărțită, arată că subiectul său caută prin sinceritatea sa să câștige atașamentul obiectului său. Nu va exista nicio eroare. Să fie (pieptul) plin de sinceritate așa cum un vas de lut este plin de conținutul său, iar aceasta va aduce în cele din urmă alte avantaje.

În al doua linie, divizată, vedem mișcarea spre unire și atașament care provine din interior (mintea). Cu o corectitudine fermă va exista noroc.

În a treia linie, divizată, vedem subiectul său căutând unirea cu cei cu care nu ar trebui să se asocieze.

În a patra linie, divizată, vedem subiectul său căutând unirea cu cel de dincolo de el însuși. Cu o corectitudine fermă, va exista noroc.

A cincea linie, nedespărțită, oferă cel mai ilustru exemplu de căutare a uniunii și a atașamentului. (Ni se pare că vedem în el) regele care îndeamnă la urmărirea vânatului (doar) în trei direcții și care permite ca toate animalele să scape înaintea lui, în timp ce oamenii din orașele sale nu se avertizează unii pe alții (pentru a împiedica acest lucru). Va fi noroc.

În linia cea mai de sus, divizată, îl vedem pe cel care caută unirea și atașamentul fără să fi făcut primul pas (spre un astfel de scop). Acolo va exista răul.

9. Xiao Xu (Forța de îmblânzire, Mica constrângere)

小畜

䷈ Xiao Xu indică faptul că (în condițiile sale) va exista progres și succes. (Vedem) nori denși, dar nu ploaie venind de la granițele noastre din vest.

Prima linie, nedespărțit, arată subiectul său revenind și urmându-și propriul curs. În ce greșeală ar trebui să cadă el? Va exista noroc.

A doua linie, nedespărțită, arată subiectul său, prin atracția (subiectului din prima linie), revenind (la cursul propriu). Va exista noroc.

A treia linie, nedespărțită, sugerează ideea unei trăsuri, a cărei curea de sub care a fost îndepărtată, sau a unui soț și a unei soții care se privesc cu ochii închiși.

A patra linie, divizată, arată că subiectul său este posedat de sinceritate. Pericolul vărsării de sânge este astfel îndepărtat, iar temerile sale (motivate) sunt înlăturate. Nu va exista nicio greșeală.

A cincea linie, nedespărțită, arată că subiectul său este sincer și că îi atrage pe ceilalți să se unească cu el. Bogat în resurse, el își angajează vecinii (în aceeași cauză cu el).

Linia de sus, nedespărțită, arată cum ploaia a căzut, iar (înaintarea) este oprită; (așa) trebuie să prețuim acumularea deplină a virtuții (reprezentată de trigrama superioară). Dar o soție (care își exercită reținerea), oricât de fermă și corectă ar fi, se află într-o poziție de pericol, (și este asemenea) Lunii care se apropie de plin. Dacă bărbatul superior își urmărește măsurile (în astfel de circumstanțe), va exista un rău.

10. Lu (Pășind cu grijă)

履

䷉ (Lu sugerează ideea de) cineva care calcă pe coada unui tigru, care nu-l mușcă. Vor exista progrese și succese.

Prima linie, nedespărțită, arată subiectul său călcând pe calea sa obișnuită. Dacă el merge înainte, nu va exista nicio eroare.

A doua linie, nedespărțită, arată subiectul său călcând pe calea care este plană și ușoară; un om liniștit și singuratic, căruia, dacă este ferm și corect, îi va fi noroc.

A treia linie, divizată, arată un om cu un singur ochi (care crede că poate vedea); un om șchiop (care crede că poate merge bine); unul care calcă pe coada unui tigru și este mușcat. (Toate

acestea indică) ghinion. Avem un (simplu) bravo care joacă rolul unui mare conducător.

A patra linie, nedespărțită, arată că subiectul său calcă pe coada unui tigru. El devine plin de precauții aprehensive, iar în final va fi noroc.

A cincea linie, nedespărțită, arată mersul hotărât al subiectului său. El trebuie să fie ferm și corect, cu conștiința pericolului.

A șasea linie, nedespărțită, ne spune să privim (întregul traseu) pe care este călcat și să examinăm prezicerea pe care aceasta o dă. Dacă acesta este complet și fără eșecuri, va exista un mare noroc.

11. Tai (Pace)

䷊ În Tai (îl vedem) pe cel mic plecat și pe cel mare venit. (Indică că) va fi noroc, cu progres și succes.

Prima linie, nedespărțită, sugerează ideea de iarbă smulsă și care aduce cu ea alte tulpini cu ale căror rădăcini este legată. Înaintarea (din partea subiectului său) va fi norocoasă.

A doua linie, nedespărțită, arată o persoană care poate suporta necultivarea, va traversa râul fără barcă, nu uită de cei îndepărtați și nu are prietenii (egoiste). Astfel, el dovedește că acționează în conformitate cu cursul de mijloc cuvenit.

A treia linie, nedespărțită, arată că, deși nu există o stare de pace care să nu fie tulburată și nici o plecare (a oamenilor răi) astfel încât să nu se mai întoarcă, totuși, atunci când cineva este ferm și corect, deoarece își dă seama de necazurile care pot apărea, nu va comite nicio eroare. Nu există niciun prilej de tristețe în fața certitudinii (unor astfel de schimbări recurente); și în această stare de spirit fericirea (din prezent) poate fi savurată (mult timp).

A patra linie, divizată, arată subiectul său fluturând (în jos); nu se bazează pe resursele sale bogate, ci apelează la vecinii săi. (Toți vin) nu ca fiind în scădere, ci în sinceritatea (a inimii lor).

A cincea linie, divizată, ne amintește de (regele) Di-yi (regula privind) căsătoria surorii sale mai mici. Printr-o astfel de conduită există fericire și va exista un mare noroc.

A șasea linie, divizată, ne arată zidul orașului întors în șanț. Nu este momentul să folosim armata. (Subiectul liniei) poate, într-adevăr, să-și anunțe ordinele oamenilor din orașul său. El trebuie să fie corect și ferm, cu conștiința regretului.

12. Pi (Stagnare)

䷋ În Pi există lipsa unei bune înțelegeri între (diferite clase de) oameni, iar indicația sa este nefavorabilă cursului ferm și corect al omului superior. Vedem în el pe cel mare plecat și pe cel mic venit.

Primul rând, divizat, sugerează ideea de iarbă smulsă și care aduce cu ea alte tulpini cu ale căror rădăcini este legată. Cu o corectitudine fermă (din partea subiectului său), va exista noroc și progres.

A doua linie, divizată, arată că subiectul său este răbdător și ascultător. Pentru omul mic (comportându-se astfel) va exista noroc. Dacă omul mare (se comportă) așa cum cer primejdia și obstrucția, va avea succes.

A treia linie, divizată, arată subiectul său rușinat de scopul pliat (în piept).

A patra linie, nedespărțită, arată subiectul său acționând în conformitate cu rânduiala (Cerului) și nefăcând nicio greșeală. Tovarășii săi vor veni și vor participa la fericirea sa.

În a cincea linie, nedespărțită, îl vedem pe cel care pune capăt suferinței și obstrucției, omul mare și norocos. (Dar lasă-l să spună): "S-ar putea să pierim! S-ar putea să pierim!". (astfel starea de lucruri va deveni fermă, ca și cum) ar fi legat de un tufiș de mure stufoase.

Linia a șasea, neîmpărțită, arată răsturnarea (și îndepărtarea) stării de necaz și obstrucție. Înainte de aceasta a existat această condiție. După aceea va fi bucurie.

13. Tong Ren (Uniunea bărbaților)

䷌ Tong Ren (sau "Uniunea oamenilor") apare aici (așa cum o găsim) în (districtele îndepărtate ale) țării, indicând progres și succes. Va fi avantajos să traversezi marele pârâu, și va fi avantajos să menții corectitudinea fermă a omului superior.

Prima linie, nedespărțită, (îl arată pe reprezentantul) uniunii de oameni care tocmai iese din poarta sa. Nu va exista nici o eroare.

A doua linie, divizată, (arată reprezentantul) uniunii oamenilor în relație cu neamul său. Va exista un prilej de regret.

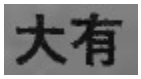
A treia linie, nedespărțită, (îl arată pe subiectul său) cu brațele ascunse în iarba deasă și cățărat pe coama unei movile înalte. (Dar) timp de trei ani el nu face nici o demonstrație.

A patra linie, nedespărțită, (își arată subiectul) călare pe zidul orașului; dar nu trece la atacul (pe care îl are în vedere). Va fi noroc.

În a cincea linie, nedespărțită, (reprezentantul) uniunii oamenilor mai întâi se plânge și strigă, apoi râde. Oastea lui cea mare învinge, iar el (și subiectul din al doilea rând) se întâlnesc împreună.

Linia cea mai de sus, nedespărțită, (îl arată pe reprezentantul) uniunii oamenilor în suburbii. Nu va fi nici un prilej de pocăință.

14. Da You (mare posesiune, abundență)



䷍ Da You indică faptul că, (în circumstanțele pe care le implică), va exista un mare progres și succes.

În prima linie, neîmpărțită, nu există nicio apropiere a ceea ce este dăunător și nu există nicio eroare. Să existe o conștientizare a dificultății (și a pericolului poziției), și nu va exista nicio eroare (până la capăt).

În a doua linie, nedespărțită, avem un vagon mare cu încărcătura sa. În orice direcție se face înaintarea, nu va exista nicio eroare.

A treia linie, nedespărțită, ne arată un prinț feudal care își prezintă ofrandele Fiului Cerului. Un om mic ar fi inegal (la o asemenea datorie).

A patra linie, nedespărțită, ne arată subiectul său păstrându-și marile resurse sub control. Nu va exista nicio eroare.

A cincea linie, divizată, arată sinceritatea subiectului său reciprocă de cea a tuturor celorlalți (reprezentați în hexagramă). Să afișeze o majestate corespunzătoare și va exista noroc.

Linia cea mai de sus, nedespărțită, arată subiectul său cu ajutorul acordat de Cer. Va exista noroc, avantaj în toate privințele.

15. Qian (Modestia)

䷎ Qian indică progres și succes. Omul superior, (fiind umil, după cum implică), va avea o (bună) ieșire (la întreprinderile sale).

Prima linie, împărțită, ne arată omul superior care adaugă umilință la umilință. (Chiar și) marele pârâu poate fi traversat cu aceasta, și va avea parte de noroc.

A doua linie, divizată, ne arată umilința care s-a făcut recunoscută. Cu o corectitudine fermă va exista noroc.

A treia linie, nedespărțită, ne arată omul superior de merit (recunoscut). El își va menține succesul până la sfârșit și va avea noroc.

A patra linie, divizată, arată pe cel a cărui acțiune ar fi irosit orice fel de avantaj, stârnind (și

mai mult) umilința sa.

A cincea linie, împărțită, arată pe unul care, fără a fi bogat, este capabil să-și angajeze vecinii. El poate folosi în mod avantajos forța armelor. Toate mișcările sale vor fi avantajoase.

A șasea linie, divizată, ne arată umilința care s-a făcut recunoscută. Subiectul acesteia își va pune cu avantaj în mișcare oștile; dar (el) își va pedepsi doar orașele și statul.

16. Yu (Armonie, bucurie, entuziasm)

䷏ Yu indică faptul că, (în statul pe care îl implică), pot fi instaurați prinți feudali, iar oștile puse în mișcare, cu avantaj.

Prima linie, divizată, arată subiectul său proclamându-și plăcerea și satisfacția. Va exista un rău.

A doua linie, divizată, arată pe cineva care este ferm ca o stâncă. (El vede un lucru) fără să aștepte până când se va întâmpla; cu corectitudinea lui fermă va fi noroc.

A treia linie, divizată, arată pe cineva care privește în sus (pentru favoruri), în timp ce își satisface sentimentul de plăcere și satisfacție. Dacă ar înțelege! Dacă întârzie să facă acest lucru, va exista într-adevăr un prilej de pocăință.

A patra linie, nedespărțită, îl arată pe cel de la care vine armonia și satisfacția. Mare este succesul pe care el îl obține. Să nu lase suspiciunile să intre în mintea lui și astfel se vor aduna prietenii în jurul lui.

A cincea linie, divizată, îl arată pe cel care are o suferință cronică, dar care trăiește fără să moară.

Linia cea mai de sus, divizată, arată subiectul său cu mintea întunecată, dedicată plăcerii și satisfacției (de moment); dar dacă el își schimbă cursul chiar și atunci când (poate fi considerat ca fiind) finalizat, nu va exista nicio eroare.

17. Sui (urmarea)

䷐ Sui indică faptul că (în condițiile sale) va exista un mare progres și succes. Dar va fi avantajos să fii ferm și corect. Nu va exista (atunci) nicio eroare.

Prima linie, nedespărțită, ne arată pe cineva care își schimbă obiectul urmăririi sale; dar dacă va fi ferm și corect, va exista noroc. Mergând dincolo de (propria) poartă pentru a găsi asociați, el va obține merite.

A doua linie, divizată, ni-l arată pe cel care se agață de băiețel și îl lasă să plece pe omul în vârstă și cu experiență.

A treia linie, împărțită, ne arată pe cel care se lipește de bărbatul în vârstă și cu experiență și îl lasă să plece pe băiețel. O astfel de urmare va obține ceea ce caută; dar va fi avantajos să aderăm la ceea ce este ferm și corect.

A patra linie, nedespărțită, ne arată pe unul urmat și care obține (aderenți). El ar trebui să fie ferm și corect, ca nu cumva să apară răul. Dacă el este sincer (totuși) în demersul său și face acest lucru evident, în ce eroare va cădea?

Linia a cincea, nedespărțită, ni-l arată (pe conducătorul) sincer în (promovarea a tot ceea ce este excelent). Va exista noroc.

Linia cea mai de sus, divizată, ne arată (acea sinceritate) ferm ținută și agățată, da, și legată cu fermitate. (Îl vedem) pe rege cu ea prezentându-și ofrandele pe muntele vestic.

18. Gu (care oprește decăderea)

䷑ Gu indică un mare progres și succes (pentru cel care se ocupă în mod corespunzător de

condiția reprezentată de el). Vor exista avantaje în (eforturi precum cele de) traversare a marelui pârâu. (El ar trebui să cântărească bine, totuși, evenimentele de) trei zile înainte de punctul de cotitură și cele (care trebuie făcute) trei zile după acesta.

Prima linie, împărțită, arată (un fiu) care se ocupă de problemele cauzate de tatăl său. Dacă este un fiu (capabil), tatăl va scăpa de vina de a fi greșit. Poziția este primejdioasă, dar în final va fi noroc.

A doua linie, nedespărțită, arată (un fiu) care se ocupă de problemele cauzate de mama sa. El nu ar trebui să-și (ducă) corectitudinea fermă (la maximum).

A treia linie, nedespărțită, arată (un fiu) care se ocupă de necazurile cauzate de tatăl său. Poate exista un mic prilej de pocăință, dar nu va exista o mare eroare.

A patra linie, divizată, arată (un fiu) privind cu indulgență necazurile cauzate de tatăl său. Dacă va merge mai departe, va găsi motive de regret.

A cincea linie, divizată, arată (un fiu) care se ocupă de problemele cauzate de tatăl său. El obține lauda de a folosi (instrumentul potrivit pentru munca sa).

A șasea linie, nedespărțită, ne arată pe cineva care nu servește nici regelui, nici stăpânului feudal, ci, cu un spirit elevat, preferă (să se ocupe) de propriile afaceri.

19. Lin (Apropierea, simbol al avansării)

䷒ Lin (indică faptul că în condițiile presupuse în el) se va înregistra un mare progres și succes, în timp ce va fi avantajos să fii ferm corect. În luna a opta va fi rău.

Prima linie, nedivizată, arată subiectul său avansând în companie (cu subiectul din a doua linie). Prin corectitudinea sa fermă va exista noroc.

A doua linie, nedespărțită, arată subiectul său avansând în companie (cu subiectul primei linii). Va exista un noroc bun; (avansarea) va fi în orice fel avantajoasă.

A treia linie, divizată, arată un subiect bine dispus (într-adevăr) să avanseze, (dar a cărui acțiune) nu va fi în niciun fel avantajoasă. Dacă va deveni neliniștit în această privință (totuși), nu va exista nicio eroare.

A patra linie, divizată, arată pe cineva care avansează în modul cel mai înalt. Nu va exista nicio eroare.

A cincea linie, divizată, arată avansarea înțelepciunii, așa cum se cuvine unui mare conducător. Nu va exista noroc.

A șasea linie, divizată, ninge avansul onestității și al generozității. Va exista noroc și nu va exista nicio eroare.

20. Guan (Contemplația)

䷓ Guan arată (cum ar trebui să fie (cel pe care îl reprezintă) cel care se închină, care s-a spălat pe mâini, dar nu și-a prezentat (încă) ofrandele; cu sinceritate și o aparență de demnitate (care impune respect).

Prima linie, împărțită, arată privirea unui flăcău; nu este blamabil la oamenii de rang inferior, dar motiv de regret la cei superiori.

A doua linie, divizată, arată pe cineva care trage cu ochiul pe o ușă. Ar fi avantajos dacă ar fi (doar) corectitudinea fermă a unei femei.

A treia linie, divizată, arată pe cineva care își privește (cursul) propria viață, pentru a avansa sau a se retrage (în consecință).

A patra linie, divizată, arată pe cineva care contemplă gloria împărăției. Va fi avantajos pentru el, fiind așa cum este, (să caute) să fie un oaspete al regelui.

A cincea linie, nedespărțită, arată subiectul contemplându-și (cursul) propriei vieți. Om

superior, el nu va cădea (astfel) în nicio eroare.

A șasea linie, nedespărțit, arată pe subiectul său contemplându-și caracterul pentru a vedea dacă este într-adevăr cel al unui om superior. El nu va cădea în eroare.

21. Shi Ke (Mușcând din)

䷔ Shi Ke indică un progres de succes (în starea de lucruri pe care o presupune). Va fi avantajos să folosească constrângerile legale.

Prima linie, nedespărțită, arată pe cineva cu picioarele în lanțuri și privat de degetele de la picioare. Nu va exista nicio eroare.

A doua linie, divizată, îl arată pe unul care mușcă prin carnea moale și (continuă să) muște din nas. Nu va exista nicio eroare.

A treia linie, împărțită, arată pe unul care roade carnea uscată și se întâlnește cu ceea ce este neplăcut. Va fi prilej de mici regrete, dar nu de o (mare) eroare.

A patra linie, nedespărțită, ne arată pe unul care roade carnea uscată pe os și obține săgețile de metal. Va fi avantajos pentru el să realizeze dificultatea sarcinii sale și să fie ferm, -în acest caz va avea noroc.

A cincea linie, împărțită, arată pe cineva care roade carnea uscată și găsește aurul galben. Să fie ferm și corect, dându-și seama de pericolul (poziției sale). Nu va exista nicio eroare.

A șasea linie, nedespărțită, îl arată pe unul purtând cangrena, și lipsit de urechi. Nu va exista niciun rău.

22. Ben (podoabă)

䷕ Ben indică faptul că ar trebui să existe un curs liber (în ceea ce denotă). Nu va fi prea mult avantaj (totuși) dacă i se permite să avanseze (și să ia conducerea).

Prima linie, nedespărțită, arată pe cineva care își împodobește (calea) picioarele. El poate renunța la o trăsură și merge pe jos.

A doua linie, divizată, îl arată pe unul care își împodobește barba.

A treia linie, nedespărțită, arată subiectul său cu aparența de a fi împodobit (cu favoruri bogate). Dar să își mențină mereu corectitudinea fermă și va avea parte de noroc.

A patra linie, divizată, îl arată pe cel care pare împodobit, dar numai în alb. Ca și cum ar fi (călare pe) un cal alb și dotat cu aripi, (el caută unirea cu subiectul din prima linie), în timp ce (cel de-al treilea care intervine îl urmărește), nu ca un tâlhar, ci cu intenția de a încheia o alianță matrimonială.

A cincea linie, împărțită, își arată subiectul împodobit de (ocupanții) înălțimilor și grădinilor. El își poartă sulul de mătase, mic și ușor. El poate părea zgârcit; dar va avea noroc în cele din urmă.

A șasea linie, nedespărțită, îl arată pe cel care are albul ca (singura) podoabă. Nu va exista nicio eroare.

23. Bo (destrămarea)

䷖ Bo indică faptul că (în starea pe care o simbolizează) nu va fi avantajos să faci o mișcare în orice direcție.

Prima linie, divizată, arată pe cineva care răstoarnă canapeaua prin rănirea picioarelor. (Rănirea va merge mai departe spre) distrugerea (întregii) corectitudini ferme și se va produce răul.

A doua linie, divizată, arată pe cineva care răstoarnă canapeaua prin rănirea cadrului ei. (Rănirea va merge mai departe) până la distrugerea (întregii corectitudini ferme și va fi rău.

A treia linie, divizată, arată subiectul său printre răsturnători; dar nu va exista nicio eroare.

A patra linie, împărțită, arată subiectul său răsturnând canapeaua și (mergând să rănească) pielea (celui care se întinde pe ea). Acolo va fi rău.

A cincea linie, divizată, arată (subiectul său conducându-i pe ceilalți ca) un șir de pești și (obținând pentru ei) favoarea care luminează pe locuitorii palatului. Va exista avantaj în toate privințele.

Linia cea mai de sus, nedespărțită, își arată subiectul (ca) un fruct mare care nu a fost mâncat. Omul superior găsește (din nou poporul) ca un car care îl poartă. Oamenii mici (prin cursul lor) își răstoarnă propriile locuințe.

24. Fu (revenire)

䷗ Fu indică faptul că va exista un curs și un progres liber (în ceea ce denotă), (subiectul acesteia) nu găsește pe nimeni care să-l tulbure în ieșirile și intrările sale; prietenii vin la el și nu se comite nicio eroare. El se va întoarce și își va repeta cursul (corect). Peste șapte zile vine întoarcerea sa. Va exista un avantaj în orice direcție mișcarea este făcută.

Prima linie, nedespărțită, arată că subiectul său se întoarce (dintr-o eroare) de o amploare nu prea mare, care nu ar proceda la ceva ce necesită pocăință. Va exista un mare noroc.

A doua linie, divizată, arată întoarcerea admirabilă (a subiectului său). Va exista un bun noroc.

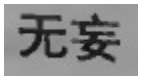
A treia linie, divizată, arată pe cineva care a făcut întoarceri repetate. Poziția este primejdioasă, dar nu va exista nicio eroare.

A patra linie, divizată, arată subiectul său care se mișcă chiar în centru (printre cei reprezentați de celelalte linii divizate), și totuși se întoarce singur (pe calea sa proprie).

A cincea linie, divizată, arată întoarcerea nobilă a subiectului său. Nu va exista niciun motiv de pocăință.

Linia cea mai de sus, divizată, arată subiectul său rătăcit cu totul pe tema întoarcerii. Va exista rău. Vor fi calamități și erori. Dacă cu opiniile sale a pus gazdele în mișcare, sfârșitul va fi o mare înfrângere, ale cărei probleme se vor extinde până la conducătorul statului. Nici peste zece ani nu va putea repara dezastrul.

25. Wu Wang (Corectitudine, inocență)



䷘ Wu Wang indică un mare progres și succes, în timp ce va fi avantajos să fii ferm și corect. Dacă (subiectul său și acțiunea sa) nu sunt corecte, el va cădea în erori și nu va fi avantajos pentru el să avanseze în nicio direcție.

Prima linie, nedespărțită, își arată subiectul liber de orice nesinceritate. Înaintarea lui va fi însoțită de noroc.

A doua linie, divizată, îl arată pe cel care culege fără să fi arat (pentru a putea secera) și culege roadele câmpurilor din al treilea an fără să le fi cultivat în primul an în acest scop. Pentru unul ca acesta va exista avantaj în orice direcție s-ar mișca.

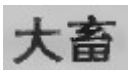
A treia linie, împărțită, arată calamitatea care se întâmplă unuia care este lipsit de nesimțire; ca în cazul unui bou care a fost legat. Un trecător îl găsește (și îl ia cu el), în timp ce oamenii din vecinătate au parte de nenorocire (de a fi acuzați și arestați).

A patra linie, nedespărțită, arată (un caz) în care, dacă subiectul său poate rămâne ferm și corect, nu va exista nicio eroare.

A cincea linie, nedespărțită, arată pe cineva care este lipsit de nesinceritate, și totuși s-a îmbolnăvit. Să nu folosească medicamente, și va avea prilej de bucurie (la însănătoșirea sa).

Linia cea mai de sus, nedespărțită, arată subiectul său liber de nesinceritate, dar sigur că va cădea în eroare, dacă va lua măsuri. (Acțiunea lui) nu va fi avantajoasă în niciun fel.

26. Da Xu (Marea forță de îmblânzire)



䷙ În condițiile lui Da Xu va fi avantajos să fii ferm și corect. (Dacă subiectul său nu caută să) se bucure de veniturile sale în propria familie (fără a lua serviciul la curte), va fi noroc. Va fi avantajos pentru el să traverseze marele pârâu.

Prima linie, nedespărțită, își arată subiectul într-o poziție de primejdie. Va fi avantajos pentru el să își oprească înaintarea.

A doua linie, nedivizată, arată o trăsură cu cureaua de sub ea îndepărtată.

A treia linie, nediferențiată, arată subiectul său îndemnându-și valul cu cai buni. Va fi avantajos pentru el să-și dea seama de dificultatea (traseului său) și să fie ferm și corect, exersându-se zilnic în conducerea carului și în metodele de apărare; atunci va fi avantajat în orice direcție ar avansa.

A patra linie, împărțită, îl arată pe tânărul taur, (și totuși) având bucata de lemn peste coarne. Acolo va fi mare noroc.

A cincea linie, divizată, arată dinții unui porc castrat. Va exista un noroc bun.

A șasea linie, nedespărțită, arată subiectul său (ca) de pe firmamentul cerului. Va exista progres.

27. Yi (hrană)

䷚ Yi indică faptul că, cu o corectitudine fermă, va exista noroc (în ceea ce este denotat de el). Trebuie să privim ceea ce căutăm să hrănim și, prin exercițiul gândurilor noastre, să căutăm hrana potrivită.

Prima linie, nedespărțită, (pare a fi astfel adresat): "Lasă-ți țestoasa eficace și privește-mă până când îți atârnă maxilarul inferior". Acolo va fi rău.

A doua linie, divizată, arată pe cineva care caută hrana în jos, ceea ce este contrar cu ceea ce este potrivit; sau care o caută de la înălțime (de sus), înaintarea spre care va duce la rău.

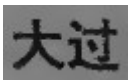
A treia linie, divizată, arată pe cineva care acționează contrar metodei de hrănire. Oricât de ferm ar fi el, va exista rău. Timp de zece ani să nu întreprindă nici o acțiune, (căci) nu va fi în nici un fel avantajoasă.

A patra linie, divizată, arată pe cineva care caută în jos (puterea de a) hrăni. Va exista noroc. Privind cu privirea neclintită în jos a unui tigru și cu dorința care îl împinge să facă primăvară după primăvară, el nu va cădea în nicio eroare.

A cincea linie, divizată, arată pe cineva care acționează contrar a ceea ce este regulat și potrivit; dar dacă rămâne în fermitate, va exista noroc. El nu ar trebui, (totuși, să încerce să) traverseze marele pârâu.

A șasea linie, nedespărțită, îl arată pe cel de la care vine hrana. Poziția sa este primejdioasă, dar va fi cu noroc. Va fi avantajos să traverseze marele pârâu.

28. Da Guo (Excesul)



䷛ Da Guo ne sugerează o grindă care este slabă. Va fi avantajos să te deplasezi (în condițiile sale) în orice direcție, indiferent în ce direcție; va exista succes.

Prima linie, împărțită, ne arată pe cineva care așează covorașe din iarba albă maro sub lucruri așezate pe pământ. Nu va exista nicio eroare.

A doua linie, nedespărțită, arată o salcie descompusă care produce lăstari sau un soț bătrân în posesia tinerei sale soții. Acolo va fi avantaj în toate privințele.

A treia linie, nedivizată, arată o grindă care este slabă. Va fi rău.

A patra linie, nedivizată, arată o grindă curbată în sus. Va fi noroc. Dacă (subiectul acestuia) caută alt (ajutor decât cel de la rândul unu), va fi motiv de regret.

Linia a cincea, nedespărțită, arată o salcie decăzută care produce flori, sau o soție bătrână în posesia tânărului ei soț. Nu va fi prilej nici de învinuire, nici de laudă.

Linia cea mai de sus, divizată, arată subiectul său cu o extraordinară (îndrăzneală) vâslind printr-un pârâu, până când apa îi ascunde creștetul capului. Va fi rău, dar nu va exista niciun motiv de blam.

29. Kan (Groapa primejdioasă)

䷜ Kan, repetat aici, arată posesia sincerității, prin care mintea pătrunde. Acțiunea (în conformitate cu aceasta) va fi de mare valoare.

Prima linie, divizată, arată subiectul său în defileul dublu și (totuși) intrând într-o cavernă în interiorul acestuia. Acolo va fi rău.

A doua linie, nedespărțită, își arată subiectul în toate pericolele defileului. El va obține, totuși, puțin (din eliberarea) pe care o caută.

A treia linie, divizată, arată subiectul său, fie că vine sau pleacă (coboară sau urcă), confruntat cu o defileu. Totul este primejdie pentru el și neliniște. (Eforturile sale) îl vor conduce în caverna gropii. Nu ar trebui să existe nicio acțiune (într-un astfel de caz).

A patra linie, divizată, își arată subiectul (la un ospăț), cu (doar) o sticlă de rachiu și un coș subsidiar de orez, în timp ce (paharele și bolurile) sunt (doar) de lut. El își introduce lecțiile importante (după cum admite inteligența conducătorului său). În cele din urmă nu va exista nicio eroare.

A cincea linie, nedespărțită, arată că apa defileului nu este încă plină, (astfel încât să poată curge); dar ordinea va fi (în curând) adusă. Nu va exista nicio eroare.

Linia cea mai de sus, divizată, arată subiectul său legat cu funii de trei fire sau de două fire și așezat în desișul de spini. Dar în trei ani el nu află care este calea pe care trebuie să o urmeze. Acolo va fi rău.

30. Li (Strângerea [Strălucirea])

䷝ Li indică faptul că, (în ceea ce privește ceea ce denotă), va fi avantajos să fii ferm și corect, și că astfel va exista un curs liber și succes. De asemenea, (subiectul său) să nutrească (o docilitate ca cea a) vacii, și va exista noroc.

Prima linie, nedespărțită, arată pe cineva gata să se miște cu pași confuzi. Dar calcă în același timp cu respect și nu va exista nicio greșeală.

A doua linie, împărțită, arată subiectul la locul său în galben. Va exista un mare noroc.

A treia linie, nedespărțită, își arată subiectul într-o poziție asemănătoare cu cea a soarelui în declin. În loc să cânte la instrumentul său de lut și să cânte la el, el scoate gemetele unui bătrân de optzeci de ani. Va fi rău.

A patra linie, nedespărțită, arată modul în care a venit subiectul său. Cât de abrupt este, ca și cu focul, ca și cu moartea, să fii respins (de toți)!

A cincea linie, divizată, arată subiectul său ca unul cu lacrimi care curg în torente și gemând de durere. Va fi un noroc.

Linia cea mai de sus, nedespărțită, îl arată pe rege angajându-și subiectul în expedițiile sale punitive. Obținând (merite) admirabile, el îi frânge (doar) pe șefii (rebelilor). Acolo unde prizonierii săi nu erau asociații lor, el nu pedepsește. Nu va exista nicio eroare.

(Traducere de James Legge și Dong Shuangchen)

Partea a II-a

31. Xian (Influența)

䷞ Xian indică faptul că, la îndeplinirea condițiilor pe care le implică, va exista un curs liber și succes. Avantajul său va depinde de faptul de a fi fermi și corecți, ca în cazul căsătoriei cu o tânără domnișoară. Va exista noroc.

Prima linie, divizată, arată pe cineva care își mișcă degetele mari de la picioare.

A doua linie, împărțită, arată pe unul mișcându-și gambele piciorului. Va fi rău. Dacă rămâne liniștit la locul lui, va fi noroc.

A treia linie, nedespărțită, îl arată pe unul mișcându-și coapsele și ținându-i strâns pe cei pe care îi urmează. Mergând înainte în acest fel va provoca regrete.

A patra linie, nedespărțită, arată acea corectitudine fermă care va duce la noroc și va preveni orice prilej de pocăință. Dacă subiectul său este neliniștit în mișcările sale, numai prietenii săi îi vor urma scopul.

A cincea linie, nedespărțită, arată o mișcare a cărnii de-a lungul coloanei vertebrale deasupra inimii. Nu va exista nici un prilej de pocăință.

A șasea linie, divizată, arată pe cineva mișcându-și fălcile și limba.

32. Heng (Perseverență, durată)

䷟ Heng indică un progres de succes și nici o eroare în ceea ce denotă. Dar avantajul va veni din a fi fermi și corecți; iar mișcarea în orice parte, indiferent de direcție, va fi avantajoasă.

Prima linie, împărțită, arată subiectul său profund, doritor de o durată lungă. Chiar și în cazul corectitudinii ferme va exista rău; nu va exista niciun avantaj în niciun fel.

A doua linie, nedespărțită, arată orice prilej de pocăință să dispară.

A treia linie, nedespărțită, arată pe cel care nu-și menține continuu virtutea. Sunt unii care îi vor imputa acest lucru ca pe o rușine. Oricât de ferm ar fi el, va exista un motiv de regret.

A patra linie, nedespărțită, arată un domeniu în care nu există nici un joc.

A cincea linie, divizată, arată subiecții săi menținând continuu virtutea indicată de ea. La o soție acest lucru va fi norocos; la un soț, rău.

Linia cea mai de sus, divizată, arată că subiectul său se excită la o lungă continuitate. Acolo va fi rău.

33. Dun (retragere)

䷠ Dun indică un progres de succes în circumstanțele sale. Într-o mică măsură, va fi încă avantajos să fii ferm și corect.

Prima linie, divizată, arată o coadă care se retrage. Poziția este primejdioasă. Nu ar trebui să se facă nicio mișcare în nicio direcție.

A doua linie, împărțită, arată că subiectul său își menține scopul ca și cum ar fi ținut de un șnur făcut din piele de bou galben, care nu poate fi rupt.

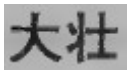
A treia linie, nedespărțită, arată o persoană care se retrage, dar care este legată, spre necazul și pericolul său. Dacă s-ar ocupa de legăturile sale ca și cum ar hrăni un servitor sau o concubină, ar fi un noroc pentru el.

Al patrulea rând, nedespărțit, arată că subiectul său se retrage în ciuda plăcerilor sale. La un om superior acest lucru va duce la noroc; un om mic nu poate ajunge la acest lucru.

A cincea linie, nedespărțită, arată că subiectul se retrage într-un mod admirabil. Cu o corectitudine fermă va exista un noroc bun.

A șasea linie, nedespărțită, arată subiectul său retrăgându-se într-un mod nobil. Va fi avantajos din toate punctele de vedere.

34. Da Zhuang (Puterea celor mari)



䷡ Da Zhuang indică faptul că, în condițiile pe care le simbolizează, va fi avantajos să fii ferm și corect.

Prima linie, nedespărțită, arată că subiectul său își manifestă puterea în degetele de la picioare. Dar înaintarea va duce la rău, mai mult ca sigur.

A doua linie, neîmpărțită, arată că, cu o corectitudine fermă, va fi noroc.

A treia linie, nedespărțită, arată, în cazul unui om mic, pe cel care își folosește toate forțele, iar în cazul unui om superior, pe cel a cărui regulă este să nu facă acest lucru. Chiar și cu o corectitudine fermă, poziția ar fi primejdioasă. Exercitarea forței în ea ar putea fi comparată cu cazul unui berbec care se lovește de un gard și își încurcă coarnele.

A patra linie, nedespărțită, arată un caz în care corectitudinea fermă duce la noroc, iar ocazia de pocăință dispare. Vedem cum gardul se deschide, fără ca coarnele să se încurce. Forța este ca cea din spițele roților unei căruțe mari.

A cincea linie, divizată, arată pe cel care își pierde forța de berbec în cazul poziției sale. Dar nu va exista niciun prilej de pocăință.

A șasea linie, divizată, arată pe cineva care poate fi comparat cu berbecul care se lovește de gard și care nu poate nici să se retragă, nici să avanseze așa cum ar vrea el să facă. Nu va fi avantajat în nici o privință; dar dacă își va da seama de dificultatea poziției sale, va avea noroc.

35. Jin (Progres)

䷢ În Jin vedem un prinț care asigură liniștea poporului, prezentat din acest motiv cu numeroși cai de către rege și primit de trei ori într-o zi la interviuri.

Prima linie, împărțită, îl slujește pe cel care dorește să avanseze și, în același timp, este ținut înapoi. Să fie ferm și corect, și va avea noroc. Dacă nu i se acordă încredere, să păstreze o minte largă și generoasă, și nu va exista nici o greșeală.

A doua linie, împărțită, își arată subiectul cu aparența de a avansa și totuși de a fi îndurerat. Dacă el va fi ferm și corect, va exista noroc. El va primi această mare binecuvântare de la bunica sa.

A treia linie, împărțită, arată subiectul său încrezător de către toți cei din jurul lui. Orice prilej de pocăință va dispărea.

A patra linie, nedespărțită, arată subiectul său cu aparența de a avansa, dar ca o marmotă. El ar trebui să fie ferm și corect, ca nu cumva poziția sa să fie una de pericol.

A cincea linie, divizată, arată cum dispare orice prilej de pocăință din partea subiectului său. Dar să nu se preocupe dacă va eșua sau va reuși. Să avanseze va fi norocos și în toate privințele avantajos.

Linia cea mai de sus, nedespărțită, arată pe cineva care avansează cu coarnele. Dar el nu le folosește decât pentru a-i pedepsi pe cei răzvrătiți din propria cetate. Poziția este primejdioasă, dar va fi cu noroc. Cu toate acestea, el trebuie să fie ferm și corect, pentru a nu avea motive de regret.

36. Ming Yi (Întunecarea luminii, Inteligența rănită)

䷣ Ming Yi indică faptul că, în circumstanțele pe care le denotă, va fi avantajos să conștientizeze dificultatea poziției și să mențină o corectitudine fermă.

Prima linie, neîmpărțită, arată subiectul, în starea indicată de Ming Yi, zburând, dar cu

aripile căzute. Atunci când omul superior își girează plecarea, el poate sta timp de trei zile fără să mănânce. Oriunde se duce, oamenii de acolo pot vorbi în derâdere despre el.

A doua linie, divizată, arată subiectul, în starea indicată de Ming Yi, rănit la coapsa stângă. El se salvează prin puterea unui cal iute; și are noroc.

A treia linie, nedespărțită, arată subiectul său, în starea indicată de Ming Yi, vânând în sud, și prinzându-l pe marele șef al întunericului. El nu trebuie să fie nerăbdător să facă totul corect deodată.

A patra linie, divizată, arată subiectul său abia intrat în partea stângă a pântecelui țării întunericului. Dar el este capabil să realizeze mintea potrivită în starea indicată de Ming Yi, părăsind poarta și curtea stăpânului întunericului.

A cincea linie, împărțită, arată cum numărul lui Ji a îndeplinit condiția indicată de Ming Yi. Va fi avantajos să fii ferm și corect.

A șasea linie, divizată, arată cazul în care nu există lumină, ci doar obscuritate. Subiectul său a urcat cel puțin până în vârful cerului, viitorul său va fi acela de a merge în pământ.

37. Jia Ren (Familia)

䷤ Pentru realizarea a ceea ce se învață în Jia Ren, sau pentru reglementarea familiei. Ceea ce este cel mai avantajos este ca soția să fie fermă și corectă.

Prima linie, nediferențiată, arată că subiectul său stabilește reglementări restrictive în gospodăria sa. Ocazia de a se pocăi va dispărea.

A doua linie, împărțită, arată subiectul său care nu ia nimic asupra sa, dar în locul ei central se ocupă de pregătirea mâncării. Prin corectitudinea ei fermă va exista noroc.

A treia linie, nedespărțită, arată subiectul său tratându-i cu severitate severă pe membrii gospodăriei. Va fi prilej de pocăință, va fi primejdie, dar va fi și noroc. Dacă soția și copiii ar zâmbi și ar trăncăni, în final va fi prilej de regret.

A patra linie, împărțită, își arată subiectul îmbogățind familia. Va exista un mare noroc.

A cincea linie, nedespărțită, arată influența regelui care se extinde asupra familiei sale. Nu trebuie să existe nicio neliniște; va fi noroc.

Linia cea mai de sus, nedespărțită, arată subiectul său posedat de sinceritate și îmbrăcat în măreție. În cele din urmă, va fi noroc.

38. Kui (Dezbinarea, înstrăinarea reciprocă)

䷥ Kui indică faptul că, în pofida stării de lucruri pe care o denotă; în chestiuni mărunte va exista totuși un succes bun.

Prima linie, nedespărțită, arată că pentru subiectul său ocazia de pocăință va dispărea. Și-a pierdut caii, dar să nu-i caute; se vor întoarce de la sine. Dacă se va întâlni cu oameni răi, nu va greși în comunicarea cu ei.

A doua linie, nedespărțită, arată că subiectul său se întâmplă să se întâlnească cu stăpânul său într-un pasaj. Nu va exista nici o eroare.

În a treia linie, divizată, îl vedem pe unul a cărui trăsură este trasă înapoi, în timp ce boii din ea sunt împinși înapoi, iar el însuși este supus la rasul bărbii și la tăierea nasului. Nu există un început bun, dar va exista un sfârșit bun.

A patra linie, nedespărțită, își arată subiectul solitar în mijlocul dezbinării care domnește. Dar el se întâlnește cu omul bun reprezentat de primul rând și își îmbină dorințele sincere. Poziția este una periculoasă, dar nu va exista nicio greșeală.

A cincea linie, divizată, arată că pentru subiectul său ocazia de a se pocăi va dispărea. Cu ruda și ministrul său s-a unit strâns și ușor ca și cum ar mușca dintr-o bucată de piele. Când va merge înainte, cu acest ajutor, ce greșeală poate exista?

Linia cea mai de sus, nedespărțită, arată că subiectul său este solitar în mijlocul dezbinării dominante. În subiectul celui de-al treilea rând, i se pare că vede un porc purtând pe spate o încărcătură de noroi, sau își închipuie că există o trăsură plină de fantome.

39. Jian (Mișcarea de arestare)

䷦ În starea indicată de Jian avantajul se va găsi în sud-vest, iar contrariul în nord-est. De asemenea, va fi avantajoasă întâlnirea cu marele om. În aceste condiții, cu fermitate și corectitudine, va fi noroc.

Din prima linie, împărțită, aflăm că avansarea subiectului său va duce la dificultăți mai mari, în timp ce rămânerea staționară va oferi un motiv de laudă.

A doua linie, divizată, îl arată pe ministrul regelui luptându-se cu dificultățile, dar nu în vederea avantajului propriu.

A treia linie, nedespărțită, arată că subiectul său avansează, dar numai spre dificultăți mai mari. El rămâne staționar și se întoarce la foștii săi asociați.

A patra linie, divizată, arată că subiectul său avansează, dar numai spre dificultăți mai mari. El rămâne staționar și se unește cu subiectul liniei de mai sus.

A cincea linie, nedespărțită, arată subiectul său luptând cu cele mai mari dificultăți, în timp ce prietenii vin să-l ajute.

Linia cea mai de sus, divizată, arată subiectul său mergând înainte, doar pentru a spori dificultățile, în timp ce rămânerea lui staționară va fi producătoare de mari merite. Va exista noroc și va fi avantajos să se întâlnească cu marele om.

40. Jie (Îndepărtarea obstacolelor)

䷧ În starea indicată de Jie avantajul va fi găsit în sud-vest. Dacă nu se vor cere alte operațiuni, se va avea noroc de hrană dacă se va reveni la vechile condiții. Dacă se impun unele operațiuni, va exista noroc în desfășurarea lor timpurie.

Prima linie, împărțită, arată că subiectul ei nu va comite nicio eroare.

A doua linie, nedespărțită, arată că subiectul său prinde, la vânătoare, trei vulpi și obține săgețile galbene. Cu o corectitudine fermă se va avea noroc.

A treia linie, divizată, arată un cărăuș cu povara sa, dar călătorind într-o trăsură. El nu va face decât să tenteze tâlharii să-l atace. Oricât de ferm și corect ar fi, va avea motive de regret.

Subiectului celui de-al patrulea rând, nedespărțit, i se spune: "Scoate-ți degetele de la picioare. Atunci vor veni prieteni, între tine și care va exista încredere reciprocă".

A cincea linie, divizată, arată subiectul, omul superior, care își execută funcția înlăturând tot ceea ce este dăunător ideii din hexagramă, caz în care va exista noroc, iar încrederea în el va fi manifestată chiar și de către oamenii mici.

În linia a șasea, divizată, vedem un prinț feudal cu arcul său trăgând asupra unui șoim aflat în vârful unui zid înalt și lovindu-l. Efectul acțiunii sale va fi din toate punctele de vedere avantajos.

41. Sun (descreștere)

䷨ În ceea ce este denotat de Soare, dacă există sinceritate în cel care îl folosește, va exista un mare noroc: libertate de eroare; fermitate și corectitudine care pot fi menținute; și avantaj în orice mișcare care va fi făcută. În ce va fi folosită această sinceritate în exercitarea Soarelui? Chiar și în sacrificiu pot fi prezentate două coșuri de grâne, chiar dacă nu există nimic altceva.

Prima linie, nedespărțită, arată pe subiectul său suspendându-și propriile afaceri și grăbindu-se să ajute subiectul din linia a patra. El nu va comite nici o greșeală, dar să se gândească în ce

măsură trebuie să contribuie din ceea ce este al lui pentru celălalt.

A doua linie, nedespărțită, arată că va fi avantajos pentru subiectul său să mențină o corectitudine fermă și că acțiunea din partea lui va fi rea. El poate da spor la corelativul său fără a lua de la el însuși.

A treia linie, divizată, arată cum din trei oameni care merg împreună, numărul lor este diminuat cu unul; și cum unul, mergând, își găsește prietenul.

A patra linie, împărțită, arată că subiectul său diminuează boala sub care se chinuiește, făcând ca subiectul din prima linie să se grăbească să-i vină în ajutor și să-l bucure. Acestea nu vor fi o eroare.

A cincea linie, împărțită, arată partidele adăugând la proviziile subiectului său zece perechi de carapace de țestoasă și neacceptând nici un refuz. Acestea vor fi un mare noroc.

Linia cea mai de sus, nedivizată, arată că subiectul său dăruiește mărirea altora, fără a lua de la el însuși. Nu va exista nicio eroare. Cu o corectitudine fermă va exista noroc. Va exista avantaj în fiecare mișcare care se va face. Va găsi miniștri mai mulți decât pot fi numărați de clanurile lor.

42. Yi (Creștere)

䷩ Yi indică faptul că, în starea pe care o denotă, va fi avantajos orice mișcare care va fi întreprinsă, că va fi avantajos chiar și să traversezi marele pârâu.

Prima linie, nedespărțită, arată că va fi avantajos pentru subiectul său, în poziția sa, să facă o mare mișcare. Dacă va fi foarte norocos, nu i se va imputa nicio vină.

A doua linie, divizată, arată partidele adăugând la proviziile subiectului său zece perechi de carapace de țestoasă ale căror oracole nu pot fi combătute. Să persevereze în a fi ferm și corect, și va avea noroc. Fie ca regele, având virtuțile astfel distinse, să le folosească în prezentarea ofrandelor sale lui Dumnezeu, și va exista noroc.

A treia linie, divizată, arată sporul dat subiectului său prin intermediul a ceea ce este rău, astfel încât el să fie condus la bine și să fie fără vină. Să fie sincer și să urmeze calea Mijlociului, așa că va asigura recunoașterea conducătorului, asemenea și ofițerului care se anunță prințului său prin simbolul rangului său.

Cea de-a patra linie, divizată, arată că subiectul său urmărește calea cuvenită. Sfatul său către prințul său este urmat. El poate fi cu avantaj să se bazeze pe el într-o mișcare precum cea de mutare a capitalei.

A cincea linie, nedespărțită, arată că subiectul său, cu inima sinceră, caută să aducă beneficii tuturor celor de jos. Nu trebuie să existe nicio îndoială în această privință; rezultatul va fi un mare noroc. Toți cei de jos vor recunoaște cu inima sinceră bunătatea sa.

În a șasea linie, nedespărțită, îl vedem pe cel la a cărui creștere nimeni nu va contribui, în timp ce mulți vor căuta să-l atace. El nu respectă nicio regulă stabilită în ordonarea inimii sale. Va exista răutate.

43. Guai (Îndepărtarea corupției, străpungere)

䷪ Guai necesită, la cel care vrea să-i împlinească sensul, expunerea vinovăției vinovatului la curtea regală și un apel sincer și serios la simpatie și sprijin, cu conștiința pericolului pe care îl implică tăierea criminalului. De asemenea, el ar trebui să facă anunțul în propriul oraș și să arate că nu va fi bine să se recurgă imediat la arme. În acest fel, va exista un avantaj în orice va înainta.

Prima linie, nedespărțită, își arată subiectul în mândria forței care înaintează cu vârfurile. El merge înainte, dar nu va reuși. Va exista un motiv de învinuire.

A doua linie, nedespărțită, își arată subiectul plin de aprehensiuni și apelând la simpatie și ajutor. Târziu în noapte pot fi luate măsuri ostile împotriva lui, dar el nu trebuie să se îngrijoreze din cauza lor.

A treia linie, nedespărțită, își arată subiectul care este pe cale să avanseze cu priviri puternice și hotărâte. Va fi rău. Dar omul superior, hotărât să-l taie pe criminal, va merge singur și va întâmpina ploaia, până când va fi urât de asociații săi potriviți ca și cum ar fi contaminat de ceilalți. În cele din urmă, nu va mai exista vină împotriva lui.

A patra linie, nedespărțită, arată pe unul din ale cărui fese pielea a fost dezbrăcată, și care merge încet și cu dificultate. Dacă ar putea acționa ca o oaie condusă după tovarășii săi, ocaziile de pocăință ar dispărea. Dar, deși aude aceste cuvinte, el nu le va crede.

A cincea linie, nedespărțită, îi arată pe micii oameni ca pe un pat de purici, care ar trebui dezrădăcinat cu cea mai mare hotărâre. Subiectul liniei având o astfel de hotărâre, acțiunea sa, în armonie cu poziția sa centrală, nu va duce la nici o eroare sau vină.

A șasea linie, divizată, își arată subiectul fără ajutoare la care să apeleze. Sfârșitul său va fi rău.

44. Gou (Întâlnire)

䷫ Gou arată o femeie care este îndrăzneață și puternică. Nu va fi bine să te căsătorești cu o astfel de femeie.

Prima linie, divizată, arată cum subiectul său trebuie ținut ca o căruță legată și fixată de o traistă de metal, caz în care cu o corectitudine fermă va fi noroc. Dar dacă se va mișca în orice direcție, va apărea răul. El va fi ca un porc slab, care cu siguranță va continua să sară încoace și încolo.

A doua linie, nediferențiată, își arată subiectul cu un portofel de pește. Nu va exista nicio eroare. Dar nu va fi bine ca subiectul din prima linie să meargă înainte la oaspeți.

A treia linie, nediferențiată, îl arată pe cel căruia i s-a dezbrăcat pielea de pe fese, astfel încât merge cu dificultate. Poziția este primejdioasă, dar nu va exista o mare eroare.

A patra linie, nedespărțită, prezintă subiectul cu portofelul, dar fără pește în el. Acest lucru va da naștere la rău.

A cincea linie, nedespărțită, își arată subiectul ca pe un arbore de nalbă care acoperă pământul de sub el. Dacă el își ține ascunse calitățile sale strălucitoare, o chestiune bună va coborî ca din cer.

A șasea linie, nedespărțită, arată subiectul său primind pe alții pe coarnele sale. Va fi prilej de regrete, dar nu va exista nici o eroare.

45. Cui (Adunarea laolaltă)

䷬ În starea denotată de Cui, regele va repara la templul său strămoșesc. Va fi avantajos să se întâlnească și cu marele om; și atunci vor exista progrese și succese, deși avantajul trebuie să vină prin corectitudine fermă. Folosirea marilor victime va conduce la noroc; și în orice direcție se va face mișcarea, ea va fi avantajoasă.

Prima linie, divizată, arată subiectul cu o dorință sinceră de unire, dar incapabil să o realizeze, astfel încât dezordinea este adusă în sfera unirii sale. Dacă el strigă după ajutor către corelativul său propriu, dintr-o dată lacrimile sale vor face loc zâmbetelor. El nu trebuie să se îngrijoreze de dificultatea temporară, pe măsură ce merge înainte, nu va exista nicio eroare.

A doua linie, divizată, arată subiectul său condus înainte de către corelativul său. Va exista noroc și nu va exista nici o eroare. Există o sinceritate deplină și, în acest caz, chiar și micile ofrande ale sacrificiului vernal sunt acceptabile.

A treia linie, împărțită, arată subiectul său care se străduiește după unire și pare să suspine, dar nu găsește nicăieri vreun avantaj. Dacă merge înainte, nu va greși, deși poate exista un mic motiv de regret.

A patra linie, nedespărțită, arată subiectul său într-o asemenea stare încât, dacă va fi foarte

norocos, nu va primi nicio vină.

A cincea linie, nedespărțită, arată unirea tuturor cu subiectul său în locul demnității. Nu va exista nicio eroare. Dacă cineva nu are încredere în el, să se pună ca virtutea lui să fie mare, îndelungată și ferm corectă, și orice prilej de pocăință va dispărea.

Linia cea mai de sus, împărțită, își arată subiectul suspinând și plângând; dar nu va exista nicio eroare.

46. Sheng (ascendent)

䷭ Sheng indică faptul că, în condițiile sale, va exista un mare progres și succes. Căutând prin calitățile pe care le implică să întâlnească marele om, subiectul său nu trebuie să aibă nicio neliniște. Avansarea spre sud va fi norocoasă.

Prima linie, împărțită, arată subiectul său avansând în sus, cu întâmpinarea celor de deasupra lui. Acolo va fi mare noroc.

A doua linie, nedespărțită, își arată subiectul cu acea sinceritate care va face acceptabile chiar și micile ofrande ale sacrificiului vernal. Nu va exista nicio eroare.

A treia linie, nedespărțită, își arată subiectul urcând în sus ca într-o cetate goală.

A patra linie, divizată, își arată subiectul angajat de rege pentru a-și prezenta jertfele pe muntele Qi. Va fi noroc; nu va exista nicio greșeală.

A cincea linie, împărțită, arată subiectul său ferm corect și, prin urmare, bucurându-se de noroc. El urcă scările cu toată ceremonia cuvenită.

A șasea linie, împărțită, arată subiectul său care avansează în sus orbește. Avantajul va fi găsit în menținerea neîncetată a corectitudinii ferme.

47. Kun (Opresiunea)

䷮ În starea denotată de Kun pot exista progres și succese. Pentru cel ferm și corect, pentru omul mare, va exista noroc. El nu va cădea în nicio eroare. Dacă el ține discursuri, cuvintele sale nu pot fi făcute bune.

Prima linie, divizată, își arată subiectul cu fesele goale, strâmtorate sub butucul unui copac. El intră într-o vale întunecată și, timp de trei ani, nu are nicio perspectivă de izbăvire.

A doua linie, nedespărțită, își arată subiectul strâmtorat în mijlocul vinului și al bucatelor sale. În curând vin la el genunchierele roșii ale domnitorului. Va fi bine pentru el să-și păstreze sinceritatea ca în jertfă. Operațiile active din partea lui vor duce la rău, dar el va fi scutit de vină.

A treia linie, divizată, își arată subiectul strâmtorat în fața unei stânci încruntate. El se agață de spini. Intră în palatul său și nu-și vede soția. Acolo va fi rău.

A patra linie, nedespărțită, își arată subiectul procedând foarte încet pentru a-l ajuta pe subiectul din prima linie, care este strâmtorat de trăsura împodobită cu metal din fața lui. Va fi prilej de regret, dar sfârșitul va fi bun.

A cincea linie, nedespărțită, își arată subiectul cu nasul și picioarele tăiate. El este strâmtorat de miniștrii săi în șorțurile lor stacojii.

Totuși, se mișcă fără grabă și este mulțumit. Va fi bine pentru el să fie la fel de sincer ca și în sacrificiul adus ființelor spirituale.

A șasea linie, divizată, își arată subiectul strâmtorat, ca și cum ar fi legat de liane; sau într-o poziție înaltă și periculoasă, și spunându-și: "Dacă mă mișc, mă voi căi". Dacă se va pocăi de greșelile anterioare, va avea noroc în mersul său înainte.

48. Jing (fântână)

䷯ Privind la Jing ne gândim la modul în care locul unui oraș poate fi schimbat, în timp ce moda fântânilor sale nu suferă nicio schimbare. Apa unei fântâni nu dispare niciodată și nu primește niciodată o mare creștere, iar cei care vin și cei care pleacă pot trage și se pot bucura de beneficii. Dacă extragerea a fost aproape realizată, dar, înainte ca funia să ajungă cu totul la apă, găleata se rupe, aceasta este un rău.

Prima linie, împărțită, arată o fântână atât de noroioasă încât oamenii nu vor să bea din ea, și o fântână veche la care nu apelează nici păsările, nici alte creaturi.

A doua linie, nedespărțită, arată o fântână din care printr-o gaură apa scapă și se scurge către creveți și alte asemenea creaturi mici printre ierburi, sau una a cărei apă se scurge dintr-un coș rupt.

A treia linie, nedespărțită, arată o fântână care a fost curățată, dar care nu este folosită. Inima noastră regretă acest lucru, pentru că apa ar putea fi scoasă și folosită. Dacă regele ar fi fost inteligent, atât el, cât și noi am fi putut beneficia de ea.

A patra linie, divizată, arată o fântână, a cărei căptușeală este bine pusă. Nu va exista nicio eroare.

A cincea linie, nedespărțită, arată o fântână limpede și clară, ale cărei ape din izvorul rece se bea în mod liber.

Linia de sus, divizată, arată apa din fântână adusă la suprafață, care nu are voie să fie acoperită. Aceasta sugerează ideea de sinceritate. Va exista un mare noroc.

49. Ge (Revoluție)

䷰ În ceea ce are loc, așa cum este indicat de Ge, se crede numai după ce a fost realizat. Va exista un mare progres și se va încheia cu succes. Avantajul va veni din a fi ferm și corect. În acest caz, ocazia de a se căi va dispărea.

Prima linie, nedespărțită, își arată subiectul ca și cum ar fi legat cu pielea unui bou galben.

A doua linie, divizată, arată subiectul său făcându-și schimbările după ce a trecut ceva timp. Acțiunea întreprinsă va fi norocoasă. Nu va fi nicio eroare.

A treia linie, nedespărțită, arată că acțiunea luată de subiectul său va fi rea. Deși este ferm și corect, poziția sa este primejdioasă. Dacă schimbarea pe care o are în vedere a fost de trei ori discutată pe larg, va fi crezut în el.

A patra linie, nedespărțită, arată că ocazia de pocăință dispare de la subiectul său. Lasă-l să fie crezut; și chiar dacă el schimbă rânduielile existente, va exista noroc.

A cincea linie, nedespărțită, arată că marele om își produce schimbările așa cum face tigrul când își schimbă dungile. Înainte de a diviza și de a trece la acțiune, credința a fost depusă în el.

A șasea linie, divizată, arată omul superior producându-și schimbările așa cum face leopardul când își schimbă petele, în timp ce oamenii mici își schimbă fața și își arată supunerea. A merge înainte acum ar duce la rău, dar va exista noroc în a rămâne fermi și corecți.

50. Ding (cazanul)

䷱ Ding dă presimțirea unui mare progres și succes.

Prima linie, divizată, arată cazanul răsturnat și picioarele întoarse în sus. Dar va exista un avantaj în faptul că se va scăpa de ceea ce era rău în ea. Sau ne arată concubina a cărei poziție este îmbunătățită prin intermediul fiului ei. Nu va exista nicio eroare.

A doua linie, nedespărțită, ne arată cazanul cu lucrurile care vor fi gătite în el. Dacă subiectul său poate spune: "Dușmanul meu nu mă place, dar nu se poate apropia de mine", va exista noroc.

A treia linie, nedespărțită, arată cazanul cu locurile urechilor sale schimbate. Progresul subiectului său este astfel oprit. Carnea grasă a plăcutului care se află în căldare nu va fi mâncată. Dar va veni ploaia genială și motivele pentru pocăință vor dispărea. În final va fi noroc.

A patra linie, nedespărțită, arată cazanul cu picioarele sparte, iar conținutul său, destinat pentru uzul conducătorului, răsturnat și împărțit. Subiectul său va fi făcut să roșească de rușine. Va fi rău.

A cincea linie, divizată, arată cazanul cu urechile galbene și inele de metal în ele. Vor exista avantaje prin faptul că va fi ferm și corect.

A șasea linie, nedespărțită, arată cazanul cu inele de jad. Va exista un mare noroc și toate acțiunile întreprinse vor fi în orice fel avantajoase.

51. Zhen (Tunet, Putere excitantă)

䷲ Zhen dă imitația ușurinței și dezvoltării. Când vine momentul de mișcare pe care îl indică, subiectul hexagramei va fi găsit privind cu îngrijorare, dar zâmbind și vorbind cu voioșie. Atunci când mișcarea ca un tunet îi îngrozește pe toți cei aflați pe o rază de o sută de ***li***, el va fi asemenea credinciosului sincer care nu se sperie și nu renunță la cupa și cupa cu spirite sacrificiale.

Prima linie, nedespărțită, arată subiectul său, când va veni mișcarea, el va fi găsit privind cu îngrijorare, iar după aceea zâmbind și vorbind vesel. Va fi noroc.

A doua linie, divizată, arată subiectul său, când se apropie mișcarea, într-o poziție de pericol. El judecă că este mai bine să renunțe la obiectele pe care le are în posesie și să se urce la o înălțime foarte mare. Nu este nici un prilej pentru el să urmărească lucrurile pe care le-a lăsat; în șapte zile le va găsi.

A treia linie, divizată, își arată subiectul tulburat în mijlocul mișcărilor surprinzătoare care se petrec. Dacă aceste mișcări îl excită la o acțiune corectă, nu va exista nicio greșeală.

A patra linie, nedespărțită, își arată subiectul, în mijlocul mișcărilor surprinzătoare, afundându-se mai adânc în noroi.

A cincea linie, divizată, arată subiectul său mergând și venind în mijlocul mișcărilor surprinzătoare ale timpului, și mereu în pericol; dar poate că nu va suferi pierderi și va găsi afaceri pe care le poate duce la bun sfârșit.

Linia de sus, împărțită, arată subiectul său, în mijlocul mișcărilor timpului, în consternare fără suflare și privind în jurul său cu teamă tremurândă, dacă va acționa, va fi rău. Dacă, în timp ce mișcările surprinzătoare nu au ajuns la persoana sa și la vecinătatea sa, el ar lua măsuri de precauție, nu ar exista nicio greșeală, deși rudele sale ar putea vorbi în continuare împotriva lui.

52. Gen (Munte, mișcare de oprire)

䷳ Când odihna cuiva este ca cea a spatelui, el își pierde orice conștiință de sine; când se plimbă în curtea sa și nu vede niciuna dintre persoanele din ea, nu va exista nicio eroare.

Prima linie, împărțită, arată subiectul său ținându-și degetele de la picioare în repaus. Nu va exista nici o eroare; dar va fi avantajos pentru el să fie cu perseverență ferm și corect.

A doua linie, împărțită, arată subiectul care își ține în repaus gambele picioarelor. El nu poate ajuta subiectul liniei de deasupra pe care îl urmează și este nemulțumit în mintea sa.

A treia linie, nedivizată, arată subiectul său ținându-și leii în repaus și separând coastele de corpul de dedesubt. Situația este primejdioasă, iar inima strălucește de emoție reprimată.

A patra linie, divizată, arată subiectul său ținându-și trunchiul în repaus. Nu va exista nicio eroare.

A cincea linie, împărțită, arată subiectul său păstrându-și maxilarele în repaus, astfel încât cuvintele sale să fie ordonate. Ocaziile de pocăință vor dispărea.

A șasea linie, nedespărțită, arată subiectul său păstrându-și cu devotament plinătatea de odihnă. Va exista noroc.

53. Jian (Progres treptat. Creștere)

䷴ Jian ne sugerează căsătoria unei tinere doamne și norocul care o însoțește. Va fi avantajos să fii ferm și corect.

Prima linie, divizată, arată gâștele sălbatice care se apropie treptat de țărm. Un tânăr ofițer în circumstanțe similare va fi într-o poziție de pericol și va fi vorbit de rău; dar nu va exista nicio eroare.

A doua linie, divizată, arată gâștele apropiindu-se treptat de stâncile mari, unde mănâncă și beau cu bucurie și în largul lor. Acolo va fi noroc.

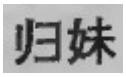
A treia linie, nedespărțită, le arată cum avansează treptat spre câmpiile uscate. Sugerează, de asemenea, ideea unui soț care pleacă într-o expediție din care nu se mai întoarce și a unei soții care este însărcinată, dar care nu-și va hrăni copilul. Va exista răul. Cazul simbolizat ar putea fi avantajos pentru a rezista jefuitorilor.

A patra linie, divizată, arată gâzele avansate treptat spre copaci. Ele pot lumina pe ramurile plate. Nu va exista nicio eroare.

A cincea linie, nedespărțită, arată că gâștele au avansat treptat până la movila înaltă. Sugerează ideea unei soții care timp de trei ani nu rămâne însărcinată; dar, în cele din urmă, nașterea naturală nu poate fi împiedicată. Va exista noroc.

A șasea linie, nedivizată, arată cum gâștele avansează treptat spre înălțimi mari. Penele lor pot fi folosite ca ornamente. Va exista noroc.

54. Gui Mei (Fecioara căsătorită, Proprietatea)



䷵ Gui Mei indică faptul că, în condițiile pe care le denotă, acțiunea va fi rea și în niciun caz avantajoasă.

Prima linie, nedespărțită, o arată pe sora mai mică căsătorită într-o poziție auxiliară față de adevărata soție. Sugerează ideea unei persoane șchioape de un picior care totuși reușește să meargă pe jos. Mergând mai departe va fi norocos.

A doua linie, nedespărțită, o arată pe aceasta oarbă de un ochi și totuși capabilă să vadă. Va fi avantajos ca ea să păstreze corectitudinea fermă a unei văduve solitare.

A treia linie, divizată, o arată pe sora mai mică, care urma să fie căsătorită, într-o poziție meschină. Ea se întoarce și acceptă o poziție auxiliară.

A patra linie, nedespărțită, o arată pe sora mai tânără care urmează să fie căsătorită prelungind timpul. Poate că întârzie să se căsătorească, dar timpul va veni.

A cincea linie, divizată, ne amintește de căsătoria surorii mai tinere a (regelui) Di-yi, când mânecile ei, a prințesei, nu erau egale cu cele ale surorii mai tinere care o însoțea în calitate inferioară. Cazul ne sugerează gândul la Luna aproape plină. Va exista noroc.

A șasea linie, divizată, arată tânăra doamnă care poartă coșul, dar fără nimic în el, iar domnul care sacrifică oaia, dar fără ca sângele să curgă din ea. Nu va exista niciun fel de avantaj.

55. Feng (Abundență, Prosperitate)

䷶ Feng indică progresul și dezvoltarea. Când un rege a ajuns în punctul pe care îl denotă numele, nu există niciun prilej de neliniște prin teama unei schimbări. Să fie ca soarele la amiază.

Prima linie, nedespărțită, arată întâlnirea subiectului său cu perechea sa. Deși amândoi au același caracter, nu va exista nicio eroare. Înaintarea va chema aprobarea.

A doua linie, divizată, își arată subiectul înconjurat de ecrane atât de mari și de groase încât la amiază poate vedea din ele constelația Busuiocului. Dacă se va duce și va încerca să-și lumineze conducătorul care este astfel emblematizat, el se va face privit cu suspiciune și antipatie. Să-și prețuiască sentimentul de devotament sincer pentru ca astfel să poată mișca mintea conducătorului

său și va avea noroc.

Cea de-a treia linie, nedespărțită, își arată subiectul cu un ecran suplimentat de un banner mare și gros, prin care la amiază el poate vedea mica stea Mei. În întuneric, el își rupe brațul drept; dar nu va exista nicio eroare.

A patra linie, nedespărțită, își arată subiectul într-un cort atât de mare și de gros, încât la amiază poate vedea prin el constelația Bushel. Dar el se întâlnește cu subiectul primului rând, nedespărțit ca și el. Acolo va fi noroc.

A cincea linie, divizată, își arată subiectul aducând în jurul romului oameni de o abilitate strălucită. Va fi prilej de felicitări și laude. Va exista noroc.

Linia cea mai de sus, divizată, arată subiectul său cu casa făcută mare, dar care servește doar ca un paravan pentru gospodăria sa. Când se uită la ușă, aceasta este nemișcată și nu este nimeni în jurul ei. Timp de trei ani nu se vede nimeni. Acolo va fi rău.

56. Lu (Străinul călător)

䷷ Lu lasă să se înțeleagă că în starea pe care o denotă poate exista o mică realizare și un mic progres. Dacă străinul sau călătorul este ferm și corect, așa cum ar trebui să fie, va exista noroc.

Prima linie, împărțită, îl arată pe străin meschin și cu ocupații meschine. Astfel, el își atrage asupra sa alte nenorociri.

A doua linie, împărțită, îl arată pe străin, ocupându-și casa de cazare, purtând cu el mijloacele sale de trai și prevăzut cu servitori buni și de încredere.

A treia linie, nedespărțită, îl arată pe străin dându-și foc la casa de locuit și pierzându-și servitorii. Oricât de ferm și corect ar încerca să fie, el va fi în primejdie.

A patra linie, nedespărțită, îl arată pe călător într-un loc de odihnă, având și mijloacele de trai și toporul, dar spunând totuși: "Nu sunt liniștit în mintea mea".

A cincea linie, divizată, arată subiectul său împușcând un fazan. El își va pierde săgeata, dar în final va obține laude și o taxă mare.

A șasea linie, nedespărțită, sugerează ideea unei păsări care își arde cuibul. Străinul, astfel reprezentat, mai întâi râde și apoi strigă. El și-a pierdut prea ușor și prea repede docilitatea de bou. Va fi rău.

57. Xun (Penetrație blândă)

䷸ Xun lasă să se înțeleagă că în condițiile pe care le denotă vor exista unele mici realizări și progrese. Va exista un avantaj în mișcarea înainte în orice direcție. Va fi avantajos, de asemenea, să îl vezi pe marele om.

Prima linie, împărțită, arată subiectul său acum avansând, acum retrăgându-se. Ar fi avantajos pentru el să aibă corectitudinea fermă a unui soldat curajos.

A doua linie, nedivizată, îl arată pe reprezentantul lui Xun sub o canapea și angajând ghicitori și exorciști într-un mod care se limitează la confuzie. Va fi noroc și nicio eroare.

A treia linie, nedespărțită, arată că subiectul său nu pătrunde decât prin eforturi violente și repetate. Va fi prilej de regrete.

A patra linie, divizată, arată că orice prilej de pocăință în subiectul său a trecut. El i-a vânat pentru tripla sa întrebuințare în vânătoarea sa.

A cincea linie, nedespărțită, arată că, cu o corectitudine fermă, va exista noroc pentru subiectul său. Orice prilej de pocăință va dispărea, iar toate mișcările sale vor fi avantajoase. Poate că nu a existat un început bun, dar va exista un sfârșit bun. Cu trei zile înainte de a face vreo schimbare, să o anunțe; și cu trei zile după, să o reconsidere. Va exista astfel noroc.

A șasea linie, nedivizată, îl arată pe reprezentantul pătrunderii sub o canapea și după ce a pierdut toporul cu care și-a executat deciziile. Oricât de ferm și de corect ar încerca să fie, va exista

un rău.

58. Dui (Bucurie, plăcere)

䷹ Dui indică faptul că, în condițiile sale, vor exista progres și realizări. Dar va fi avantajos să fie ferm și corect.

Prima linie, nedespărțită, arată plăcerea armoniei interioare. Va exista noroc.

A doua linie, nedespărțită, arată plăcerea care decurge din sinceritatea interioară. Va exista noroc. Ocaziile de pocăință vor dispărea.

A treia linie, divizată, arată că subiectul său aduce în jurul său tot ceea ce poate da plăcere. Va exista răul.

A patra linie, neîmpărțită, arată subiectul său deliberând asupra a ceea ce îi poate aduce plăcere, și nu se odihnește. El se mărginește la ceea ce ar fi dăunător, dar va exista un motiv de bucurie.

A cincea linie, nedespărțită, arată că subiectul său se încrede în cineva care i-ar face rău. Situația este primejdioasă.

Linia cea mai de sus, divizată, arată plăcerea subiectului său de a-i conduce și de a-i atrage pe alții.

59. Huan (Dispersie)

䷺ Huan lasă să se înțeleagă că, în condițiile sale, va exista progres și succes. Regele se duce la templul său strămoșesc; și va fi avantajos să traverseze marele pârâu. Va fi avantajos să fii ferm și corect.

Prima linie, împărțită, își arată subiectul angajat în salvarea de răul iminent și având asistența unui cal puternic.

Va fi noroc.

A doua linie, nedespărțită, arată subiectul, în mijlocul dispersiei, grăbindu-se spre dispozitivul său de siguranță. Orice prilej de pocăință va dispărea.

A treia linie, divizată, arată subiectul său renunțând la orice considerație față de propria persoană. Nu va exista niciun prilej de pocăință.

A patra linie, împărțită, arată subiectul său împrăștiind diferitele partide în state, ceea ce duce la noroc. Din împrăștiere, el adună din nou oameni buni care ies în evidență, o mulțime ca o movilă, ceea ce oamenii obișnuiți nu s-ar fi gândit.

A cincea linie, nedespărțită, își arată subiectul în mijlocul împrăștierii emițând marile sale anunțuri așa cum transpirația îi curge din corp. El împrăștie în străinătate și acumulările din grânarele regale. Nu va exista nicio eroare.

Linia cea mai de sus, nedespărțită, arată subiectul care se debarasează de ceea ce se poate numi rănile sale sângeroase și care se duce și se separă de temerile sale neliniștitoare. Nu va exista nicio eroare.

60. Jie (reglementare, reținere)

䷻ Jie lasă să se înțeleagă că, în condițiile sale, va exista progres și realizare. Dar dacă reglementările pe care le prescrie sunt severe și dificile, ele nu pot fi permanente.

Prima linie, nedespărțită, arată că subiectul său nu părăsește curtea din fața ușii sale. Nu va exista nicio eroare

A doua linie, nedespărțită, arată că subiectul său nu părăsește curtea din interiorul porții sale. Nu va exista răutate.

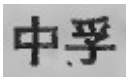
A treia linie, divizată, arată subiectul său fără aparența de a respecta reglementările corespunzătoare, caz în care îl vom vedea plângându-se. Dar nu va fi nimeni de vină decât el însuși.

A patra linie, divizată, își arată subiectul liniștit și firesc atent la toate reglementările. Vor exista progrese și succese.

A cincea linie, nedespărțită, îl arată pe subiectul său promulgând cu dulceață și acceptabilitate reglementările sale. Va exista noroc. Progresul în continuare cu ele va oferi motive de admirație.

Linia cea mai de sus, divizată, arată subiectul său punând în aplicare reglementări severe și dificile. Chiar și cu fermitate și corectitudine vor exista rele. Dar, deși va exista un motiv de pocăință, acesta va dispărea cu timpul.

61. Zhong Fu (Sinceritatea lăuntrică)



䷼ Zhong Fu mișcă până și porcii și peștii și duce la noroc. Va exista un avantaj în traversarea marelui pârâu. Va exista avantaj în a fi ferm și corect.

Prima linie, nedespărțită, arată că subiectul său se odihnește în el însuși. Va exista noroc. Dacă ar căuta pe altcineva, nu ar găsi odihnă.

A doua linie, nedespărțită, își arată subiectul asemenea cocorului care strigă în retragerea sa ascunsă, iar puii săi îi răspund. Este ca și cum i s-ar fi spus: "Am un pahar de bună dispoziție", iar răspunsul ar fi fost: "Mă voi împărtăși cu voi".

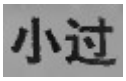
A treia linie, divizată, arată că subiectul său s-a întâlnit cu perechea sa. Acum bate toba, iar acum pleacă. Acum el plânge, iar acum cântă.

A patra linie, divizată, arată subiectul său ca o Lună aproape plină și ca un cal într-un car al cărui tovarăș dispare. Nu va exista nicio eroare.

A cincea linie, nedespărțită, își arată subiectul perfect sincer și îi leagă pe ceilalți de el în cea mai strânsă unire. Nu va exista nicio eroare.

Linia cea mai de sus, nedespărțită, își arată subiectul în cântec încercând să urce spre cer. Chiar și cu o corectitudine fermă va exista rău.

62. Xiao Guo (Excese mici)



䷽ Xiao Guo indică faptul că în circumstanțele pe care le implică vor exista progres și realizări. Dar va fi avantajos să fii ferm și corect. Ceea ce denotă acest nume poate fi făcut în treburile mici, dar nu și în treburile mari. Este ca notele care coboară de la o pasăre în zbor; să coboare este mai bine decât să urce. Va exista în acest fel un mare noroc.

Prima linie, divizată, sugerează ideea unei păsări care zboară și urcă până când rezultatul este rău.

A doua linie, divizată, arată că subiectul său trece pe lângă bunicul său și se întâlnește cu bunica sa, fără a încerca ceva împotriva conducătorului său, ci întâlnindu-l ca ministru al acestuia. Nu va exista nici o eroare.

A treia linie, nedespărțită, arată că subiectul său nu ia nici o precauție extraordinară împotriva pericolului; iar unii, în consecință, găsesc ocazia de a-l ataca și de a-l răni. Va fi rău.

A patra linie, nedespărțită, arată că subiectul său nu cade în nicio eroare, ci face față cerințelor situației sale, fără să depășească cursul său natural. Dacă va merge înainte, va exista pericol și trebuie să fie precaut. Nu există nici un prilej de a se folosi perpetuu de fermitate.

Linia a cincea, divizată, sugerează ideea de nori denși, dar fără ploaie, venind dinspre granițele noastre din vest. De asemenea, îl arată pe prinț trăgând cu săgeata și jumulind pasărea într-o peșteră.

Linia a șasea, divizată, arată că subiectul său nu face față cerințelor situației sale și își depășește cursul potrivit. El sugerează ideea unei păsări care zboară departe în aer. Acolo va fi rău.

Cazul este ceea ce se numește unul de calamitate și de prejudiciu auto-produs.

63. Ji Ji (Completare)

䷾ Ji Ji intimează progresul și succesul în chestiuni mărunte. Va exista un avantaj în a fi ferm și corect. A existat noroc la început; s-ar putea să existe dezordine la sfârșit.

Prima linie, nediferențiată, își arată subiectul ca un șofer care își trage înapoi roata sau ca o vulpe care și-a udat coada. Nu va exista nicio eroare.

A doua linie, împărțită, arată subiectul său ca o soție care și-a pierdut paravanul carului. Nu există nicio ocazie de a merge în urmărirea ei. În șapte zile o va găsi.

A treia linie, nedespărțită, sugerează cazul lui Gao Zong care a atacat regiunea Demonilor, dar a avut nevoie de trei ani pentru a o supune. Oamenii mici nu ar trebui să fie angajați în astfel de întreprinderi.

A patra linie, divizată, îl arată pe subiectul său cu zdrențe prevăzute împotriva oricărei scurgeri în barca sa, și în gardă toată ziua.

A cincea linie, nedespărțită, își arată subiectul ca fiind vecinul din est care sacrifică un bou pentru jertfa sa; dar aceasta nu este egală cu mica jertfă de primăvară a vecinului din vest, a cărui sinceritate primește binecuvântarea.

Linia cea mai de sus, divizată, își arată subiectul cu până și capul scufundat. Poziția este primejdioasă.

64. Wei Ji (înainte de finalizare)

䷿ Wei Ji intimează progresul și succesul în circumstanțele pe care le implică. Vedem o vulpe tânără care aproape a trecut pârâul, când coada îi este scufundată. Nu va fi niciun avantaj în nici un fel.

Prima linie, divizată, își arată subiectul ca pe o vulpe a cărei coadă se scufundă. Va fi prilej de regret.

A doua linie, nedespărțită, îl arată pe subiectul său trăgând înapoi roata carului. Cu fermitate și corectitudine va exista noroc.

A treia linie, divizată, arată subiectul său, cu starea de lucruri neremediate încă, avansând; ceea ce va duce la rău. Dar va exista un avantaj în încercarea de a traversa marele pârâu.

A patra linie, nedespărțită, arată că subiectul său, prin corectitudinea fermă, obține norocul, astfel încât dispare orice prilej de pocăință. Să se agite, ca și cum ar invada regiunea Demonilor, unde timp de trei ani vor veni recompense pentru el și trupele sale din partea marelui regat.

Linia a cincea, divizată, își arată subiectul prin corectitudinea fermă obținând noroc, și neavând nici un prilej de pocăință. Vedem în el strălucirea unui om superior și posesia sincerității. Va exista un noroc bun.

Linia cea mai de sus, nedespărțită, arată subiectul său plin de încredere și, prin urmare, petrecând liniștit. Nu va exista nicio eroare. Dacă el nutrește această încredere, până când va fi ca vulpea care se scufundă în cap, va eșua din ceea ce este corect.

(Traducere de James Legge și Niu Jiezhen)

DeepL Translator